



7:30

Kapunyitás

Géptámvétel és regisztráció  
START

|   | 08.45             |          |                      | Eligazítás   |           | résztevői eligazítás |
|---|-------------------|----------|----------------------|--------------|-----------|----------------------|
| 1 | <b>START 9.00</b> | 20 min   | C                    | HOBBI        | KEZDŐ     | Szabadedzés          |
|   | 9.20              | 20 min   | B                    | SPORT        | KÖZEPES   | Szabadedzés          |
|   | 9.40              | 20 min   | A                    | PROFI        | GYORS     | Szabadedzés          |
| 2 | 10.00             | 20 min   | C                    | HOBBI        | KEZDŐ     | IDŐMÉRŐ EDZÉS 1.     |
|   | 10.20             | 20 min   | B                    | SPORT        | KÖZEPES   | IDŐMÉRŐ EDZÉS 1.     |
|   | 10.40             | 20 min   | A                    | PROFI        | GYORS     | IDŐMÉRŐ EDZÉS 1.     |
| 3 | 11.00             | 20 min   | C                    | HOBBI        | KEZDŐ     | IDŐMÉRŐ EDZÉS 2.     |
|   | 11.20             | 20 min   | B                    | SPORT        | KÖZEPES   | IDŐMÉRŐ EDZÉS 2.     |
|   | 11.40             | 20 min   | A                    | PROFI        | GYORS     | IDŐMÉRŐ EDZÉS 2.     |
| 4 | 12.00             | 20 min   | C                    | HOBBI        | KEZDŐ     | IDŐMÉRŐ EDZÉS 3.     |
|   | 12.20             | 20 min   | B                    | SPORT        | KÖZEPES   | IDŐMÉRŐ EDZÉS 3.     |
|   | 12.40             | 20 min   | A                    | PROFI        | GYORS     | IDŐMÉRŐ EDZÉS 3.     |
|   | 13.00             |          |                      | Ebéd / Lunch |           | résztevői eligazítás |
| 5 | 14.00             | 20 min   | C                    | HOBBI        | KEZDŐ     | Szabadedzés          |
|   | 14.20             | 20 min   | B                    | SPORT        | KÖZEPES   | Szabadedzés          |
|   | 14.40             | 20 min   | A                    | PROFI        | GYORS     | Szabadedzés          |
| 6 | 15.00             | 20 min   | C                    | HOBBI        | KEZDŐ     | Szabadedzés          |
|   | 15.20             | 20 min   | B                    | SPORT        | KÖZEPES   | Szabadedzés          |
|   | 15.40             | 20 min   | A                    | PROFI        | GYORS     | Szabadedzés          |
| 7 | 16.00             | 25 min   | OPEN                 | HOBBI        | KEZDŐ     | Szabadedzés          |
|   | 16:30             | 6 ROUNDS | <b>RACE 600 +TK</b>  | TOP 40       | GYORS     | Verseny              |
|   | 17:00             | 6 ROUNDS | <b>RACE PRO 1000</b> | TOP 40       | GYORS     | Verseny              |
|   | 17:30             | 5 ROUNDS | <b>RACE TK 1000</b>  | TOP 40       | DINAMIKUS | Verseny              |
|   | 18:00             |          | DÍJKIOSZTÓ           |              |           |                      |
|   | <b>STOP 18:00</b> |          |                      |              |           |                      |

