



# SZENT LÁSZLÓ MENET 2013



**A Magyar Honvédség 25. Klapka György Lövészdandár és a Tatai Tömegsport és Tájfutó Honvéd Sportegyesület 2013. június 22 – június 23-én hagyományőrző céllal megrendezi a „Szent László Menet” nevű teljesítménytúrát.**

## **A rendezvény célja:**

A magyar gyalogság védőszentjének napja alkalmából lehetőséget biztosítani egy komoly felkészültséget igénylő fizikai erőpróbára nem csak katonák számára "rideg körülmények" között.

Lehetőséget teremteni a katonák és civilek közötti kapcsolat erősítésére közös megmérettetés során.

## **A teljesítménytúra meghatározása:**

A Szent László menet több útvonalas, egy szakaszos, szakaszos indítású, változó útvonalú, meghívásos teljesítménytúra.

## **A rendező szerv neve, címe:**

- Magyar Honvédség 25. Klapka György Lövészdandár  
és a Tatai Tömegsport és Tájfutó Honvéd Sportegyesület
- 2890. Tata Pf.20
- interneten: [szentlaszlomenet.weebly.com](http://szentlaszlomenet.weebly.com)  
[sztl2010@gmail.com](mailto:sztl2010@gmail.com)

## **A rendezvény védnöke:**

**Benda László ezredes**  
**MH. 25. Klapka György Lövészdandár**  
**parancsnokhelyettes**

## **A rendezvény időpontja és helye:**

- 2013. június 22 – június 23.
- Tata, Fényes fasor 6/B (Katonai kollégium)

## A rajt és cél helye:

- Tata, Fényes fasor 6/B (Katonai kollégium)
- Baj – templomtól kiszalagozva – sárga turistaút kezdete

## A versenyközpont elérésének lehetőségei:

### Vasúttal: (pontozott vonal)

- Vasútállomás – Gesztenye fasor – Berta malom (híd) – Fényes fasor – Katonai kollégium

### Autóbusszal: (szaggatott vonal)

- Buszvégállomás – Fényes fasor – Katonai kollégium

### Autóval:

- Autópályáról 67-es kijárat – Környei út – Május 1 út – Fényes fasor – Katonai kollégium



## Parkolás:

- Katonai kollégium területén Arany, Ezüst távon indulók részére (korlátozott férőhely)



**A teljesítménytúra kategóriái, csapatlétszáma:**

Kategóriák	Egyéni	Csapat I (4fő)	Csapat II (4fő felett)	Terepfutók	Rajt helye
<b>8</b> (8km)	X				Baj templom
<b>Terepfutás</b> (20 km)				X	Baj templom
<b>20</b> (20 km)	X	X	X		Katonai kollégium
<b>Bronz</b> (30 km)	X	X	X		Katonai kollégium
<b>Ezüst</b> (50 km)		X	X		Katonai kollégium
<b>Arany</b> (71 km)		X	X		Katonai kollégium

**Csapat kategóriák: Katonai / Egyéb rendvédelmi szerv / Vegyes / Civil**

**Csapat I összetétele:** parancsnok 1 fő **Terepfutók:** 1 fő (csak sportöltözet!)  
beosztott 3 fő

**Csapat II összetétele:** parancsnok 1 fő **Egyéni:** 1 fő (Katonáknak,  
parancsnok helyettes 1 fő rendvédelmi szerveknek egyenruhás!)  
beosztott minimum 3fő  
(nincs maximum létszám, vegyes csapat esetén a csapat minimum 50%-nak katonának (vagy egyéb rendvédelmi szervnek) kell lennie)

**A teljesítménytúra kb. távja, szintemelkedése, a várható ideje:**

Szent László menet				
Menet típusa	Távolsága	Szintemelkedés	Szintidő csapat I - II	Szintidő egyéni I
Terepfutás	20 km	650 m		3 óra
Szent László menet <b>8</b>	8 km	270 m		-
Szent László menet <b>20</b>	20 km	650 m	6 óra	6 óra
Szent László menet <b>bronz</b>	31 km	680 m	8 óra	8 óra
Szent László menet <b>ezüst</b>	50 km	1290 m	12 óra	
Szent László menet <b>arany</b>	71 km	2070 m	17 óra	

## Útvonal leírása:

Szent László menet 8: Baj – Baji vadászház – Baj

Szent László menet 20:

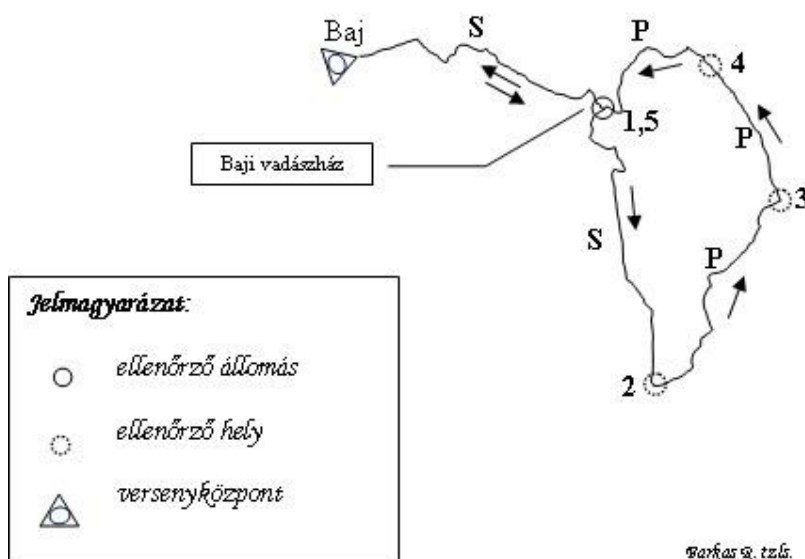
Tata Katonai kollégium – Tatai vár – Tópart utca (Grill étterem Ny 150 körforgalom) – Baj – Baji vadászház – Baj – Tópart utca (Grill étterem Ny 150 körforgalom) – Tatai vár – Tata Katonai kollégium

A tatai Öreg Tó partján a Grill étterem mellett a menetvonal rátér a régi „S” turistaútvonalra.

Szent László menet Terepfutás:

Baj – Baji vadászház – Arany-lyuk – Vértestolna - Baji vadászház – Baj

# Szent László Menet Terepfutás



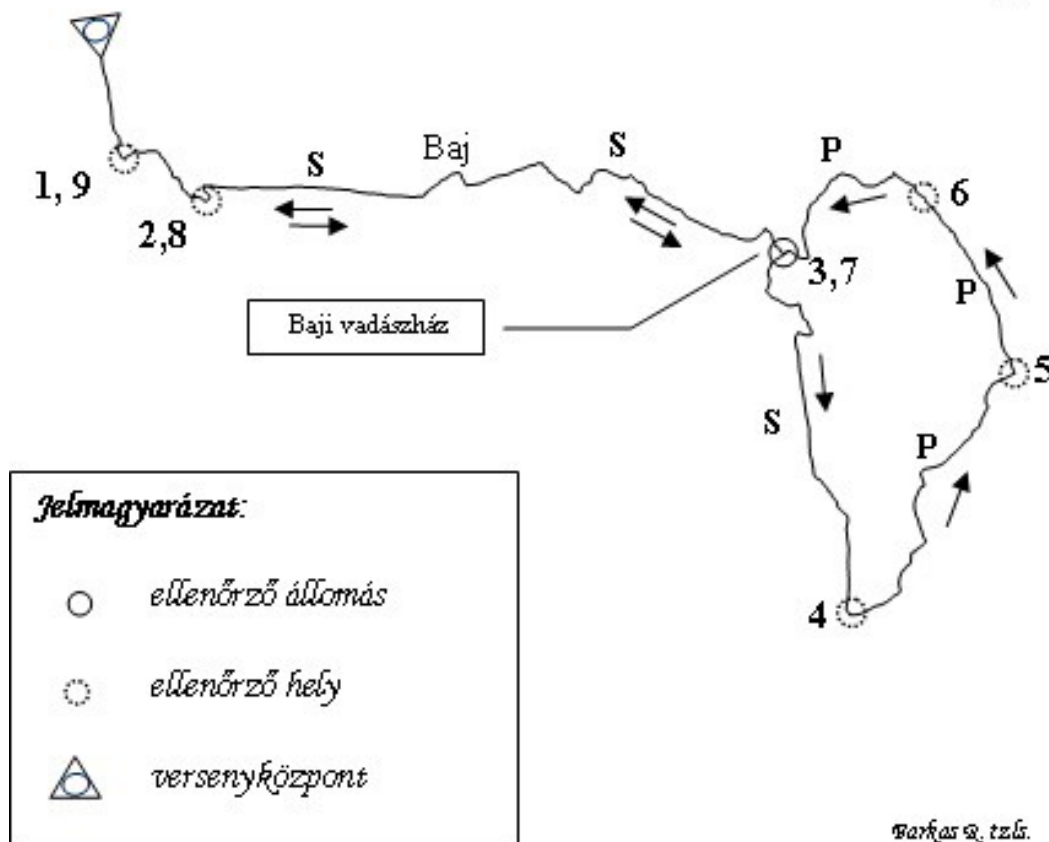
## Szent László menet **bronz:**

Tata Katonai kollégium – Tatai vár – Tópart utca (Grill étterem Ny 150 körforgalom)  
– Baj – Baji vadászház – Arany-lyuk – Vértestolna - Baji vadászház – Baj – Tópart utca (Grill étterem Ny 150 körforgalom) – Tatai vár – Tata Katonai kollégium

A tatai Öreg Tó partján a Grill étterem mellett a menetvonal rátér a régi „S” turistaútvonalra.

# Szent László Menet

## Bronz



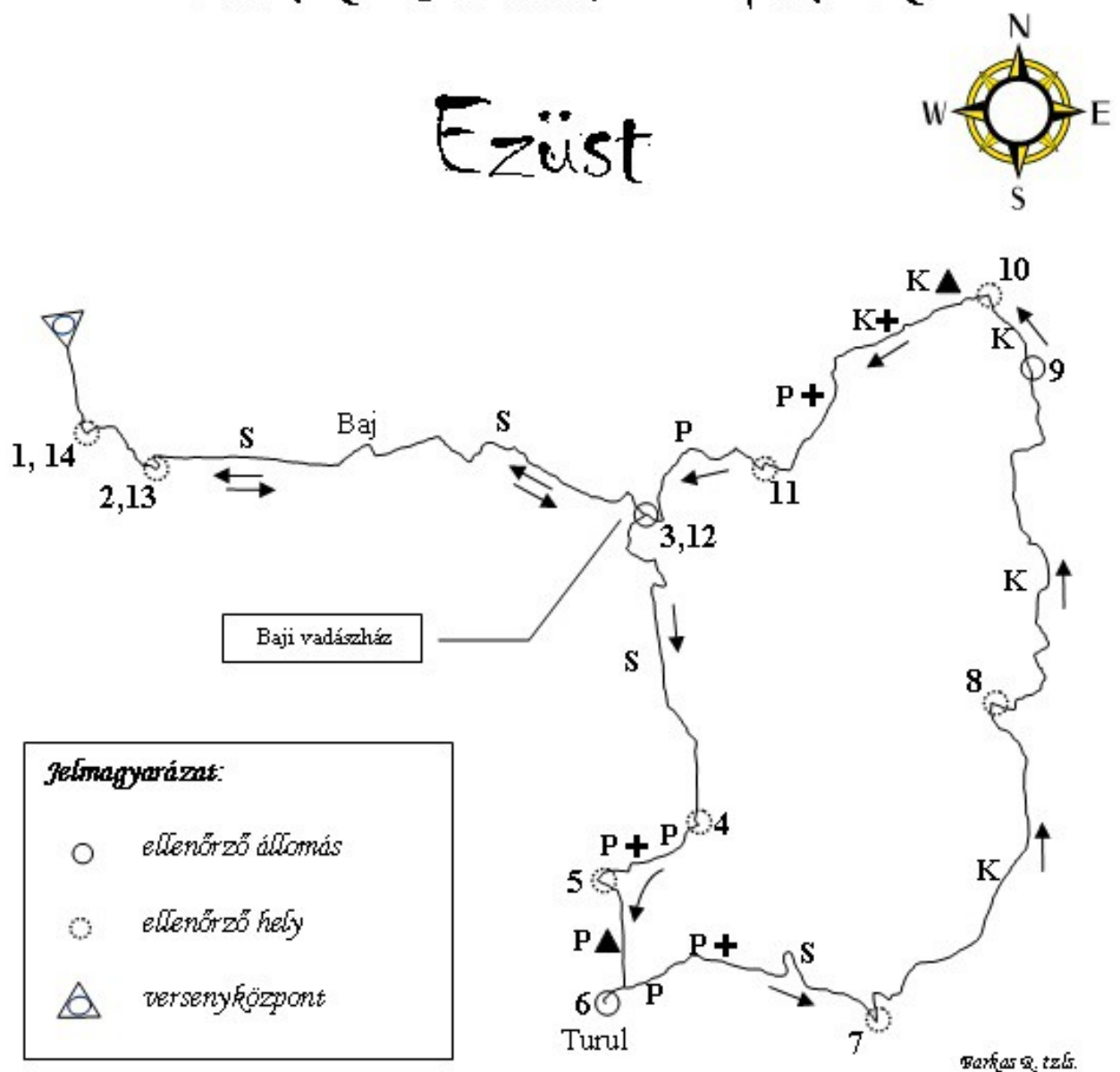
## Szent László menet **ezüst:**

Tata Katonai kollégium – Tatai vár – Tópart utca (Grill étterem Ny 150 körforgalom) – Baj – Baji vadászház – Arany-lyuk – Bányász emlékmű – Turul emlékmű – Kis-réti vadászház – Koldusszállás-vadászlak – Vértestolna K – Bányahegy DK (turistaút, murvás út kereszteződése) – Tardos – Baji vadászház – Baj – Tópart utca (Grill étterem Ny 150 körforgalom) – Tatai vár – Tata Katonai kollégium

A tatai Öreg Tó partján a Grill étterem mellett a menetvonal rátér a régi „S” turistaútvonalra.

# Szent László Menet

## Ezüst



Szent László menet **arany:**



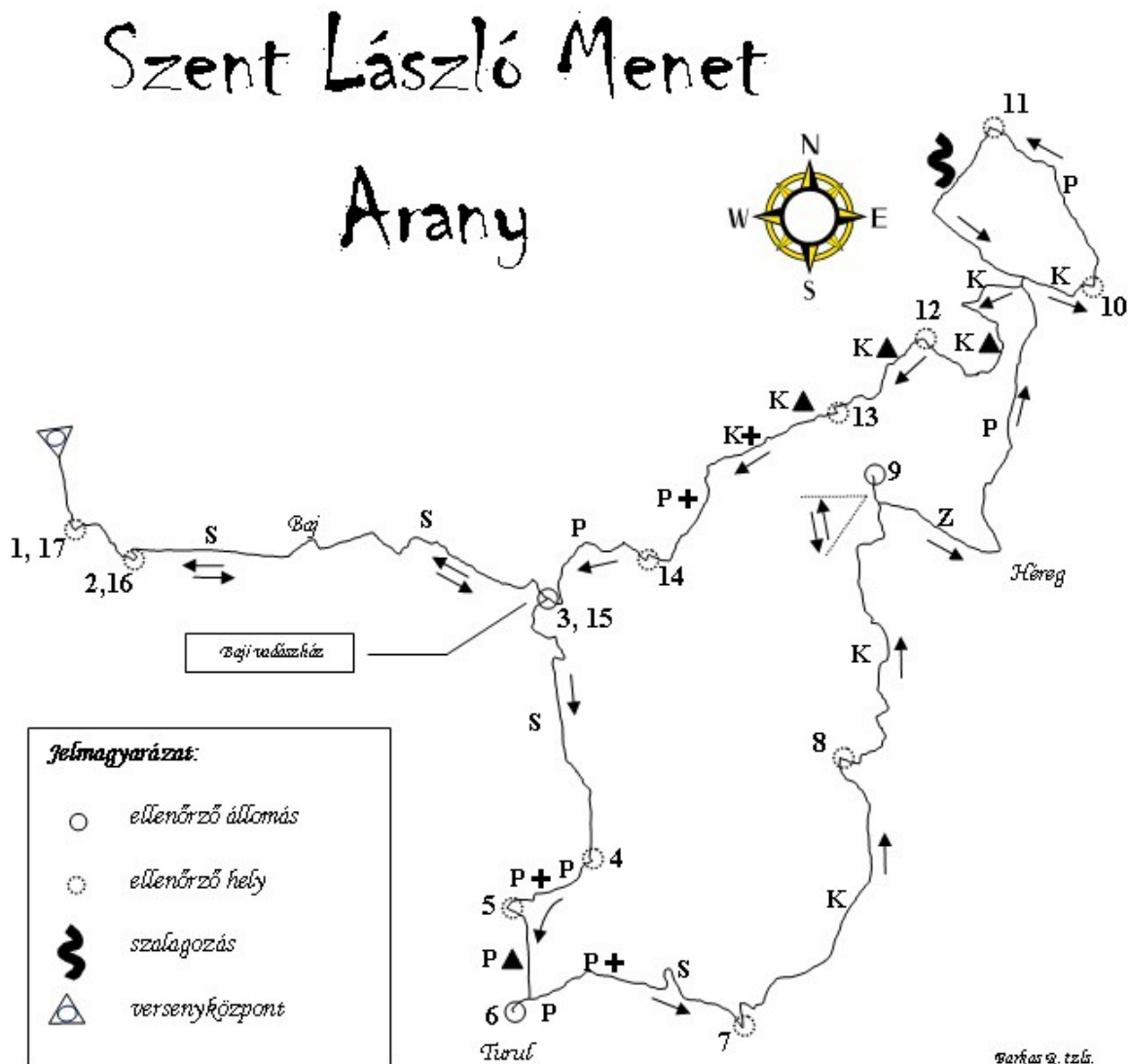
Tata Katonai kollégium – Tatai vár – Tópart utca utca (Grill étterem Ny 150 körforgalom) – Baj – Baji vadászház – Arany-lyuk – Bányász emlékmű – Turul emlékmű – Kis-réti vadászház – Koldusszállás-vadászlak – Vértestolna K – Bányahegy DK (turistaút, murvás út kereszteződése) – Héreg – Pusztamarót – Gerecse kilátó – Tardos – Baji vadászház – Baj – Tópart utca (Grill étterem Ny 150 körforgalom) – Tatai vár – Tata Katonai kollégium

A tatai Öreg Tó partján a Grill étterem mellett a menetvonal rátér a régi „S” turistaútvonalra.

Pusztamarót után a „P” jelzésen tovább majd az ellenőrző ponttól szalagozáson vissza a Pisznicén keresztül a Vízválasztóig majd a „K” jelzésen tovább.

### Térkép:

- Gerecse turistatérkép – Cartographia kiadású –
- méretaránya: 1:40000



- alapszintköze: 10 m



– A térképet a rendezőség nem biztosítja! Beszerzése a résztvevőket terheli.

# Ellenőrző pontok



1	Tatai vár	9	Bányahegy DK (turistaút, murvás út kereszteződése)
2	Tópart utca - Grill étterem Ny 150 (körforgalom)	10	Pusztamarót
3	Baji vadászház	11	Nagy Eménkes Ny 800 (turistaút- erdei út kereszteződése)
4	Arany lyuk	12	Gerecse (633) kilátó torony
5	Aknatorony kilátó É 400 (turistaútak kereszteződése)	13	Kék  turistaút – Kék turistaút kereszteződése
6	Turul emlékmű (parkoló)	14	Mészköbánya DNy 150 (P+ turistaút- P turistaút kereszteződése)
7	Koldusszállás	15	Vértestolna Ny (P turistaút – K+ turistaút kereszteződése)
8	Vértestolna K (turistaút - murvás út kereszteződése)		

*A pontok számozása a távok alapján változik!*

**Ellenőrző állomások:**

<b>Ellenőrző állomások</b>			
<b>pont száma</b>	<b>megnevezése</b>	<b>nyitása</b>	<b>zárása</b>
3	Baji vadászház	<b>06. 28. 20:30</b>	<b>06. 29. 17:00</b>
6	Turul emlékmű (parkoló)	<b>06. 28. 21:30</b>	<b>06. 29. 02:30</b>
9	Bányahegy DK (turistaút, murvás út kereszteződése)	<b>06. 29. 01:00</b>	<b>06. 29. 06:30</b>
10	Pusztamarót	<b>06. 29. 02:00</b>	<b>06. 29. 08:00</b>

**Nevezési feltételek:**

- A Szent László Menet szervezési szabályzat elfogadása
- Csapatorvosi / háziorvosi vagy sportorvosi igazolás bemutatása (arany távon indulók számára)
- A résztvevők saját felelősségükre indulnak

**Nevezési cím:**

- interneten: [szentlaszlomenet.weebly.com](http://szentlaszlomenet.weebly.com)  
[sztl2010@gmail.com](mailto:sztl2010@gmail.com)
- postán: 2890 Tata Pf.:20 Szent László Menet 2013
- Helyszíni nevezésre korlátozottan van lehetőség

**Nevezési határidő:**

- Előnevezés 2013. június 10.
- Helyszíni nevezés: korlátozott létszámban

**Nevezési díj:**

Szent László menet **Arany, Ezüst, Bronz, 20 km, Terepfutás:** 1000 Ft

Szent László menet 8 km: Ingyenes

**Fizetési módja:**

- készpénzzel
  - helye: versenyközpont (Katonai kollégium)  
Baj - Rajtban

- ideje: a rendezvény napján

**A nevezési díj tartalmaz:**

- részvételt a rendezvényen
- biztosított útvonalat
- időmérést
- frissítést
- egészségügyi szolgálatot

**Regisztráció ideje:**

- 2013. június 22-án 17:30-tól 19:30-ig
- 2013. június 23-án 06:00-tól 09:00-ig

**Eligazítás ideje és helye:**

- 2013. június 22-án 19:40-kor a Verseny központban

**Rajt ideje:**

<b>Kategória</b>	<b>Terepfutók</b>	<b>Egyéni</b>	<b>Csapat I (4fő)</b>	<b>Csapat II (4fő felett)</b>
Szent László menet <b>Terepfutás</b>	2013. június 23. 09:00			
Szent László menet <b>8</b>		2012. június 23. 09:00-10:00		
Szent László menet <b>20</b>		2012. június 23. 06:00-09:00	2012. június 23. 06:00-09:00	2012. június 23. 06:00-09:00
Szent László menet <b>bronz</b>		2012. június 23. 06:00-09:00	2012. június 23. 06:00-09:00	2012. június 23. 06:00-09:00
Szent László menet <b>ezüst</b>			2012. június 22. 20:00 -tól	2012. június 22. 20:00 -tól
Szent László menet <b>arany</b>			2012. június 22. 20:00 -tól	2012. június 22. 20:00 -tól
<b>indítás módja</b>	tömegrajt	tömegrajt	szakaszos indítású	szakaszos indítású

**Rajt helye:**

- **Tata, Katonai kollégium**

- **Baj** – templom szalagozva – **Terepfutás** és Szent László menet **8** kategóriák számára

#### **A rendezvény díjazása:**

- Terepfutás: oklevél
  - I, II, III helyezett férfi: kupa
  - I, II, III helyezett női: kupa
- Szent László menet **8**: oklevél
- Szent László menet **20**: oklevél
- Szent László menet **Bronz**: kitűző, oklevél
- Szent László menet **Ezüst**: kitűző, oklevél
- Szent László menet **Arany**: kitűző, oklevél

#### **Kötelező felszerelés:**

- Terepfutás:
  - sportöltözet
  - térkép
  - tájoló

#### *Magyar Honvédség állományába tartozó résztvevők számára*

- Egyéni, Csapat I- II:

*Az öltözetnek csapaton belül egységesnek kell lennie!*

- gyakorló nadrág 90M vagy 2000M általános hadi- (gyakorló-) öltözet
- gyakorló zubbony 90M vagy 2000M általános hadi- (gyakorló-) öltözet
- bakancs bármilyen katonai jellegű bakancs – fekete, barna színű
- sapka csak a MH-ben rendszeresített sapkában
- hátizsák: bármilyen katonai jellegű hátizsák – csak fekete, zöld, illetve terepszínű, amely színösszetételében és mintázatában hasonló tónusú a gyakorló ruházattal
  - 93M esővédő
  - Turistatérkép Gerecse – Cartographia kiadású –
  - egészségügyi csomag 1 csomag / csapat
  - váltó póló
  - váltó zokni
  - váltó fehérenemű
  - zseblámpa
  - tűzszerszám
  - mobiltelefon 1db / csapat
  - 1,5 liter víz

- láthatósági mellény

***Egyéb Rendvédelmi szervek állományába tartozó résztvevők számára***

- Egyéni, Csapat I- II::

*Az adott szervezet rendszeresített felszerelése!*

*Az öltözetnek csapaton belül egységesnek kell lennie!*

- gyakorló nadrág
- gyakorló zubbony
- bakancs
- sapka
- hátizsák: *olyan hátizsák, amely színösszetételében és mintázatában hasonló tónusú a gyakorló ruházattal*
  - esővédő
  - Turistatérkép Gerecse – Cartographia kiadású –
  - egészségügyi csomag 1 csomag / csapat
  - váltó póló
  - váltó zokni
  - váltó fehérenemű
  - zseblámpa
  - tűzszerszám
  - mobiltelefon 1db / csapat
  - 1,5 liter víz
  - láthatósági mellény

**Ajánlott felszerelés:**

- GPS
- pótélelem
- aláöltözet

## Szabályok, lehetőségek és korlátozások:

- A Szent László menetre felkészült résztvevők rajthoz állhatnak, akik elfogadják a kiírásba foglalt feltételeket.
- Az ellenőrző állomásokon és ellenőrző pontokon minden csapat parancsnoka, illetve egyéni induló köteles az ellenőrzőkartonját hitelesíteni.
- A csapat minden tagjának kötelessége az ellenőrző állomásokon, ellenőrző pontokon megjelenni.
- A csapatért a csapat parancsnoka a felelős.
- A csapat tagjai nem távolodhatnak el egymástól 30 m-nél továbbra.
- A hitelesítés során minden résztvevő tartsa be a sportszerűség szabályait.
- Kísérés a menet ideje alatt nem engedélyezett.
- A Szent László Menet **arany** távján induló csapatok, ha nem érik el **8 óras szintidőn** belül a Bányahegy DK (*turistaút, murvás út kereszteződésénél lévő*) ellenőrző állomást, akkor nem folytathatják az arany távot. Ebben az esetben az adott csapat csak az **ezüst** menetvonalon folytathatja az útját, úgy, hogy az ellenőrző állomáson lévő rendező regisztrálja a kartonját és ellátja kézjeggyével. Az ilyen csapatok így értékelhetőek, de csak az **ezüst** menetvonalon.
- **Teendők sérülés esetén:**
  - Ha az útvonalon a mezőnyben valaki rosszul lesz, vagy sérülést szenved, a legközelebbi állomáson kell jelezni, illetve az SOS számon jelenteni. (sérült neve, csapat neve, esemény pontos helye, ideje, rosszullet illetve sérülés leírása,).
  - Minden résztvevő köteles segítséget, elsősegélyt nyújtani a sérült személynek.
- Ha feladni kényszerül bármely okból egy résztvevő:
  - köteles telefonon bejelenteni a rendezőségnek (csapatnév, résztvevő neve, kiszállás oka, kiszállás helye)
  - „Csapat I” (4 fő) esetén: A csapat nem folytathatja tovább a menetet.
  - „Csapat II” (4 fő felett) esetén: A csapat, a parancsnok vagy a parancsnok helyettes vezetésével és minimum 3 beosztottal tovább folytathatja a menetet abban az esetben, ha a következő ellenőrző állomáson ezt a tényt az ellenőrző kartonján a rendezők regisztrálják. Amennyiben a csapat létszáma 4 főre csökken, átsoroljuk a „Csapat I” kategóriába.

- a feladni kényszerült résztvevőknek önerőből kell megoldaniuk a visszaérkezést.
- A KRESZ szabályai mindenkire nézve kötelező érvényűek!
- Közúton a láthatósági mellény viselése és szürkületet követően a csapat elemlámpával való megvilágítása kötelező!
- Az úttesten való átkelést a résztvevők maguknak biztosítják.
- Vendéglátó ipari egységek látogatása a Szent László Meneten résztvevő katonai állomány számára csak kulturált formában, az általános katonai szabályok betartásával engedélyezett.
- Kizárásra kerül az a résztvevő:
  - aki nem teljesíti a Szent László Menet - szervezők által kitűzött - teljes távját
  - aki az ellenőrző kartonját nem pecsételte le
  - aki nem a megadott útvonalon halad
  - a nevezési lapot pontatlanul, nem a valóságnak megfelelő adatokkal illetve hiányosan tölti ki
  - a rendezők rendezvénnel kapcsolatos utasításait nem tartja be
  - durván megsérti az általános katonai szabályokat illetve a sport-szerűséget
- A rendezvényen értékmegőrzést nem vállalunk!
- A regisztrációs központban felszerelés nem hagyható.
- Az esemény helyszínén bármilyen kereskedelmi- és reklámtevékenység csak a rendezőség előzetes engedélyével, egyeztetett formában és módon végezhető.
- A rendezőség szervezési okok miatt fenntartja a jogot, hogy a résztvevők számát korlátozza, a nevezést bármikor lezárja.
- A rendezőség fenntartja az útvonal-, program- és időpont változtatás jogát.
- Kérjük a túra résztvevőit, hogy
  - Indokolatlanul ne tegyenek kárt a növény- és állatvilágban.
  - Lakott területen belül haladva ne hangoskodjanak.
  - Az esetleges hulladékokat az ellenőrző pontokra kihelyezett szemétyűjtő zsákokban helyezték el.



- Tartsanak a túra befejeztével tüzetes kullancsvizsgálatot magukon.
- Az MH állományaiba tartozó résztvevők a civil felszerelést kérem, hagyják otthon! (túrabot, sétapálca, stb. – nem engedélyezett)

## **Etikett**

A résztvevő állomány érkezen időben! - hogy a regisztrációnál elkerüljék a sorban állásból adódó idegeskedést, hogy legyen idejük rendezni a felszerelésüket, hogy legyen elég idő találkozni a rég nem látott barátokkal, vagy, hogy új ismerősökre találjanak.

Ha más résztvevőkkel, csapatokkal halad együtt, ne állja el az utat teljes szélességében. Ha hallja, hogy valaki megelőzné, mihamarabb álljon félre és hagyja őt elmenni.

Célba érkezés után mindenki fáradt:

- Kérem, hagyják a társaikat nyugodtan pihenni!
- Ne hangoskodjanak!
- Türelmesen várják ki a sorukat a tisztálkodó helyiségeknél, illetve mellékhelyiségeknél.

## **Orvosi tudnivaló**

- Ha a rendezvény napján a rajt előtt valamilyen panasz merülne fel, az orvost a versenyközpontban találja meg.
- Ha az útvonalon a mezőnyben valaki rosszul lesz, a legközelebbi állomáson kell szólni, illetve az SOS számon jelezni. (sérült neve/csapat neve, esemény pontos helye, ideje, rosszullet illetve sérülés leírása,)

*Megjegyzés:* Ha gyógyszer hatása alatt vagy valamilyen egészségügyi körülmény fennállása mellett indul, azt köteles a regisztrációnál jelenteni és az ellenőrző kartonon rögzíteni.

## **Óvás:**

Az óvás díja témánként a nevezési díj négyszerese.

- Óvást adhat be, illetve észrevételt tehet a csapatvezető, illetve az egyéni résztvevő.
- Az óvást írásban kell benyújtani, az észrevétel szóban is közölhető, de beadható írásban is.
- Az észrevételre a rendezőségnek max. 10 percen belül reagálnia kell. Az észrevételt vagy el kell fogadni, vagy el kell utasítani, a döntés nem halasztható el.