



# 10. Négy Évszak Futás (Téli forduló)



**2023.12.03. 9:00 - Komló, Eszperantó tér**

Versenyszámok	Rajt	Táv	Kategóriák (születési év alapján)
Minimaraton	9:00	5200 m (13 kör)	-1972, 1973-1987, 1988-
Manó-maraton	9:45	200 m (fél kör)	2020-ban és utána születettek
Törpike-maraton	10:00	400 m (1 kör)	2016-2017, 2018-2019
Törp-maraton 1.	10:15	800 m (2 kör)	2014-2015
Törp-maraton 2.	10:30	1200 m (3 kör)	2012-2013
Maratonka	10:45	2000 m (5 kör)	-1972,1973-1987, 1988-2007, 2008-
Közös kör	11:00	400 m (1 kör)	Nincs külön kategória, mindenkit várunk! 😊

Nevezés	Díjazás
<ul style="list-style-type: none"><li>- <u>Előnevezés:</u> <a href="http://www.doke.hu/elonevezes">www.doke.hu/elonevezes</a> 2023.12.01. 20:00-ig</li><li>- <u>Helyszíni nevezés:</u><ul style="list-style-type: none"><li>• 8:30 órától</li><li>• <b>Minden versenyszám rajtja előtt 10 perccel zárul a helyszíni nevezés, illetve az előnevezők rajtszámátvétele</b></li></ul></li><li>- <u>Nevezési díj:</u> Előnevezés esetén a részvétel ingyenes! Helyszíni nevezési díj: 1000 ft/fő</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Frissítő minden indulónak</li><li>- Érem a kategóriák 1-3. helyezett férfi és női versenyzőinek (Manó-maraton futam kivételével)</li><li>- Befutóérem</li><li>- Egyedi futópóló mind a négy (tavaszi, őszi, nyári, téli) fordulón résztvevőknek</li><li>- Serleg minden kategória 1-3. helyezettjének a négy forduló (tavasz, nyár, ősz, tél) összesített időeredménye alapján (Manó-maraton kivételével)</li></ul>

**További információ:**

Balogh Bettina – 06-30/2000-564 – [betty.balogh@gmail.com](mailto:betty.balogh@gmail.com)

[www.facebook.com/dokesport](http://www.facebook.com/dokesport)



**Aktiv**  
Magyarország

