A VERSENYEZTETÉS ÁLTALÁNOS SZABÁLYAI

2025

TARTALOMJEGYZÉK:

I. Versenyrendezés ---------- 2. oldal
II. Versenynevezés ---------- 3. oldal
III. Sportorvosi engedély ---------- 5. oldal
IV. Doppingellenőrzés ---------- 6. oldal
V. Vétségek és óvás ---------- 7. oldal
VI. Bajnokságok, versenyek szakmai részletezése ---------- 8. oldal
VII. Felszerelési szabályzat ---------- 10. oldal
Mellékletek ---------- 12-14. oldal

I. VERSENYRENDEZÉS

1.1. Hivatalos versenyeket, valamennyi versenyszámban és korosztályban csak a MÖSZ által jóváhagyott versenykiírás szerint lehet megrendezni. **A sportegyesületek által rendezendő versenyek kiírásait két héttel az esemény előtt a MÖSZ sportigazgatójának jóvá kell hagynia.**

1.2. A versenyek lebonyolításához szükséges alapfeltételeket a rendező egyesületnek kell biztosítani, úgy mint:
- A verseny lebonyolításához szükséges létesítmények biztosítása;
- minimum 8 tapasztalt segítő minden versenyszámra;
- ebéd csomag és víz a MÖSZ által delegált személyek részére.

1.3. Az eredményhirdetést ünnepélyes keretek között kell megrendezni, az utolsó versenyszámot követően, amelyen minden induló köteles megjelenni. Lehetőség szerint egységes egyesületi felszerelésben, amely közel azonos: egyesületi szín, logó, embléma és felirat. Az érmeket csak a megjelent versenyzőknek adják át a rendezők. **Az eredményhirdetésről távol maradt érmes versenyzők érmei utólag sem adhatóak át, elért eredményük értéke a támogatási pénzek pontszámításból törlődik.** Kivételes esetben, előzetes kérés alapján a távollétre a versenybíróság elnöke adhat engedélyt.

1.4. A versenyekről készült jegyzőkönyveket a versenybíróság elnökének hitelesítenie kell. A jegyzőkönyvet elektronikus formában a versenyt követő 3 munkanapon belül a MÖSZ honlapra fel kell tenni.

1.5. Minden hivatalos versenynaptárban szereplő versenyre a versenybíróság elnökét és legalább 4 versenybírót a MÖSZ Versenybíró Bizottsága delegálja, amelyet a rendezővel előre egyeztet.

1.6. Minden hivatalos verseny megkezdése előtt felállításra kerül egy 5 fős „**Vis maior bizottság", akik rendkívüli esemény megelőzése céljából vagy bekövetkeztekor döntéshozatali javaslattal támogatják a versenylebonyolítást.** Tagjai: 3 fő egyesületi képviselő, akik a versenyre legnagyobb létszámmal neveztek be sportolókat, 1 fő a versenybíróság vezetője vagy általa delegált versenybíró, 1 fő MÖSZ versenyigazgató vagy általa delegált sportvezető. A bizottságot szükségessége szerint a versenybíróság elnöke hívja össze és a verseny lezárását követően a bizottság automatikusan megszűnik. Döntéseikről jegyzőkönyvet kell készíteniük, amely a hivatalos versenydokumentáció mappában kerül archiválásra.

1.7. A versenyek kezdési időpontját **lehetőség szerint úgy kell meghatározni**, hogy elkerülje az iskolai időszakot, ünnepeket és 9 óra előtt ne induljon el az első versenyszám.

1.8. A versenyek részletes versenykiírását legkésőbb a versenyek előtt 7 nappal kapják meg az egyesületek, illetve publikálásra kerül a Magyar Öttusa Szövetség (Továbbiakban: MÖSZ) honlapján.

1.9. Magyar Kupa versenysorozatban, a szövetség által előírt korosztályon kívül, a rendező egyesületek egyéb más korosztályokban is rendezhetnek versenyt.

1.10. **A hazai versenyszámok lebonyolítása és alkalmazott szabályrendszere a mindenkori hatályos nemzetközi szövetség (továbbiakban: UIPM) szabályrendszeréhez és előírásaihoz igazodik, kivéve ha a MÖSZ szabályrendszere másképpen rendelkezik.**

1.11. U19 és junior korosztályok azonos napon rendezett hazai versenyei esetén megengedhető, hogy

- azonos OCR pályát teljesítsenek, ami olyan junior szintű akadályokat tartalmazhat, melyeken az U19-eseknek van lehetőségük edzésen felkészülni (pl. billenő létra);
- az U19-esek vívó számát is létravívásban bonyolítsa le a verseny rendezője.

II. VERSENYNEVEZÉS

2.1. A Magyar Öttusa Szövetség által jóváhagyott, és a versenynaptárában szereplő versenyeken az alábbi regisztrációs díjakat kell fizetni a résztvevőknek:

Nevezési díjak a nevezési határidőn belül leadott nevezések esetén:
- Egyéni versenyszámnál 2.000,- Ft/fő
- Váltó versenyszámnál 2.000,- Ft/váltó

Pótnevezési díjak, a nevezési határidő után leadott nevezések esetén:
- Verseny kezdete előtti nap 12:00 óráig e-mailben 5.000 Ft/fő vagy 5.000.- Ft/váltó
- A helyszínen 10.000.- Ft/fő vagy 10.000.- Ft/váltó, amely **pótnevezés csak az első versenyszám rajtját megelőző 60. percig lehetséges.**

Pótnevezési eljárás vonatkozik a következő esetekre is:
- a nevezési listában nem szereplő versenyző benevezése esetén;
- a benevezett versenyző másik korcsoportba történő átnevezése esetén;
- váltó csapattagok cseréje bármilyen formában, kivéve ha az egyik csapattag nem indul a versenyen.

2.2. **A nevezési díj elszámolása és megfizetése:**

A MÖSZ iroda által 4 munkanapon belül megküldött hitelesített lista alapján a versenyt követően, 15 napos fizetési határidővel a rendező kiszámlázza a résztvevő kluboknak a nevezési díjat.
A nevezési díjat minden egyesület a verseny rendezőjének köteles megfizetni. Abban az esetben, ha valamely egyesület a versenyt követően és a megadott fizetési határidőre nem fizeti ki a regisztrációs díjat, az az egyesület mindaddig nem nevezheti versenyzőit a további versenyekre, amíg nem rendezi tartozását.

2.3. A MÖSZ hivatalos versenynaptárában szereplő versenyeken csak azok vehetnek részt, akik befizetik az éves versenyengedély díját és érvényes sportorvosi engedéllyel rendelkeznek. Minden versenyengedélyt a MÖSZ felé benyújtott hivatalos megkeresést követően a sportigazgató aktivál a nevezési programban. Az éves versenyengedély díja **2.000.- Ft, mely összeg 1.000.- Ft biztosítási díjat tartalmaz**. A megkötött biztosítás a hatályos sporttörvény (2004. évi I. törvény) 3§ 4.pontjának és 8§ 5.pontjának megfelelően került megkötésre.

2.4. Versenyekre a nevezési program használatával lehet nevezni, a **„www.pentathlon.hu/nevezes”** honlapon. Felhasználói profilhoz rendelt jogosultságokat a MÖSZ adja meg a tagszervezetei részére. Kizárólag az ezen programban regisztrált versenyzők indulhatnak hazai versenyeken. A versenyzők regisztrálása, adatainak felvitele, az ott feltüntetett adatok helyessége és valódisága az egyesületek feladata és felelőssége!

2.5. MÖSZ a honlapon érvényesíti a versenyengedélyeket és liszenszeket a sportorvosi engedélyek ellenőrzése után. Csak az elektronikus úton beküldött nevezések érvényesek, amely alól csak a hivatalos pótnevezés kivétel. Indulási jogosultságot a versenybíróság a versenykiírás és érvényes szabályzatok alapján bírálja el. A klubonkénti csapatnevezések száma nincs korlátozva, kivéve ha a versenykiírás másként nem rendelkezik.

2.6. **Minden versenyző csak egy korosztállyal magasabb egyéni vagy váltó versenyszámba nevezhető, kivétel ez alól**
- **a „nyílt” minősítésű versenyek;**
- **a Háromtusa Országos Bajnokság (U15-U17-U19-Junior és Felnőtt korosztályokban).**

Hazai rendezésű, nemzetközi versenyek esetében a szalmai vezető javaslata alapján, a megengedettnél alacsonyabb korosztályú versenyzők is indulhatnak.

2.7. Külföldi versenyzők csak az erre a célra rendszeresített, egyszeri felelősség vállalás aláírása után, vagy érvényes biztosítási szerződés bemutatása esetén indulhatnak.

2.8. Amennyiben a versenykiírásban szerepel technikai értekezlet, úgy azon az egyesületek hivatalos képviselőjének megjelenése ajánlott. **A technikai értekezleten hozott döntések a távollévőkre is érvényesek.**

III. SPORTORVOSI ENGEDÉLYEK

3.1. Sportorvosi engedélyek megküldése nem szükséges, mivel a MÖSZ nyilvántartó rendszere online kapcsolatban van az OSEI nyilvántartó rendszerével.

3.2. **A sportorvosi engedélyek frissítése az OSEI adatbázis és MÖSZ rendszer között, napi szinten, automatikusan elvégződik.**

3.3. Orvosi igazolás érvényességének időtartama:

- korábban: 18 éves kor alatt 6 hónap, 18 éves kor felett 1 év;
- az új jogszabály szerint: 16 éves kor alatt 6 hónap, 16 éves kor felett 1 év, a 2025-ös esztendő pedig átmeneti időszakot képvisel.
- A Kormány 203/2024 (VII.29.) Korm. rendelete a sportorvosi engedélyek érvényességi idejét a sportoló születési hónapjához és napjához igazítja. A 2025-ös átmeneti időszak odafigyelést igényel, a jogalkotó igyekezett áttekinthető és méltányos megoldásokat kidolgozni az érintettek számára, erről a vizsgálatokat koordináló Országos Sportegészségügyi Intézet egy érthető folyamatábrát is kidolgozott, melyet lentebb közlünk.
- Fontos információ, hogy a 16 éven aluli sportolók esetében semmi nem változik! A külső helyszíni vizsgálatokat és csoportos bejelentkezés alapján előjegyzett vizsgálatokat ugyanúgy elvégzik, mint eddig.
- Nem változik a már kiadott érvényes sportorvosi engedélyek lejárati dátuma sem.
- Kiemelendő: Ha az engedély megújítására van szükség, a 16-18 évesek, illetve a 18 év felettiek számára bizonyos esetekben előnyös, (ha a versenyprogramjuk erre lehetőséget ad), ha ebben a 2025-ös átmeneti időszakban a születési dátumukat megelőző 60 napon **belül** mennek sportorvoshoz, ebben az esetben ugyanis a következő év, azaz 2026 születésnapi dátumáig, azaz több mint egy évig lesz érvényes a sportorvosijuk. Ha viszont a lejárt engedélyüket a születésnapjuk előtt több mint 60 nappal hosszabbíttatják meg, akkor az az adott évi születésnapjukig, azaz például alig több mint két hónapig lesz érvényes csak az engedély!

IV. DOPPING ELLENŐRZÉS

4.1. A sportszakmai vezető, illetve az ügyvezető igazgató igénye alapján valamennyi öttusa OB-n a MÖSZ biztosíthatja a doppingvizsgálatot. A szövetség költségére a sportszakmai vezető 10, az ügyvezető igazgató 5 személyes doppingvizsgálat kezdeményezési lehetőséggel rendelkezik. Bármelyik három-, négy és öttusa OB során az általuk megjelölt versenyző köteles a doppingvizsgálaton megjelenni.

4.2. Pozitív eredmény esetén a költségeket a megvizsgált sportolónak kell megfizetnie.

V. VÉTSÉGEK ÉS ÓVÁS

5.1. Versenyeken előforduló fegyelmi vétségeket a hazai vonatkozó szabályok alapján kell kivizsgálni és a MÖSZ fegyelmi szabályzata szerint kell elbírálni.

5.2. **A nemzetközi öttusa szabályoktól eltérően, a kiemelt minősítésű hazai versenyeken valamelyik versenyszámtól, bármely okból visszalépő versenyző a versenyt tovább nem folytathatja. A feladott versenyszám utáni versenyszámokban már nem állhat rajthoz.** Alábbi versenyekre érvényes a szabály:

- Felnőtt OB
- Utánpótlás OB
- Junior OB
- U19 OB
- Budapest Bajnokság
- Kéttusa OB
- Háromtusa OB

5.3. A hazai rendezésű versenyeken a sportszerűtlen magatartást mutató versenyzőt a további versenyből a versenybíróság elnöke kizárhatja. Magyar Öttusa Szövetség ügyvezető igazgatója, sportigazgatója, a verseny szervezőjének előre kijelölt képviselője, a szervező egyesület vezetője, a sportszakmai vezető, a sportszerűtlen magatartást tanúsító versenyző kizárását javasolhatják.

5.4. A sportszerűtlen magatartás helyszíne nem csak az adott versenyszám helyszíne, hanem a verseny helyszínéül szolgáló teljes létesítmény területe.

5.5. **Sportszerűtlen magatartás vagy súlyos fegyelmi vétségnek minősülő eset miatt a versenyből kizárt versenyző ellen azonnali hatállyal fegyelmi eljárást kell indítani. A cselekedet megkezdésétől számított 6 hónapig, de maximum 1 évig a Szövetségtől kapott támogatások megvonásában is részesülhet.**

5.6. Óvási díj, minden esetben: 5000,- Ft.

VI. BAJNOKSÁGOK, VERSENYEK SZAKMAI RÉSZLETEZÉSE

6.1. Minimális induló létszám és eredményhirdetés az egyéni versenyben 6 fő, a csapatversenyben 3 egyesület. A csapatbajnokságon egy egyesületből több csapat is indulhat. Egy versenyző, egy versenyszezon alatt csak egy egyesület színeiben indulhat Országos Bajnokságon.

6.2. Versenyek megnevezései:

- **Junior, U19, U17 Öttusa & U15 Négytusa Országos bajnokság**

Női- és férfi egyéni, illetve három fős rangsorolt csapatverseny, a MÖSZ megrendezésében.

- **U10-U14 MAGYAR KUPA versenysorozat:**

Több fordulós lány- és fiú egyéni, illetve három fős rangsorolt csapatverseny, a klubok vagy MÖSZ megrendezésében. A rendező döntése alapján további korosztály vagy "nyílt kategóriák" is rendezhetőek, háromtusában.

- **U15, U17, U19 & Junior MAGYAR KUPA versenysorozat:**

A korosztályos világ- és Európa-bajnokságok kereteinek meghatározására rendezett, több fordulós női- és férfi egyéni, illetve három fős rangsorolt csapatverseny, a MÖSZ megrendezésében.

- **U10-U14 MAGYAR KUPA Laser Run sorozat:**

Több fordulós lány- és fiú egyéni verseny, a klubok vagy a MÖSZ rendezésében. Korosztályokban egyéniben, az 1. & 2. sz. melléklet táblázatai szerinti szabályok szerint .

- **KÉT- ÉS HÁROMTUSA Országos bajnokság**

Egynapos női és férfi egyéni, illetve három fős rangsorolt csapatverseny valamennyi korcsoportban. Egy versenyző az adott versenyévadban csak egy egyesület színeiben indulhat két- és háromtusa országos bajnokságon.

- **ELIT Bajnokság**

Lányok és fiúk részére, U10-U14 korosztályban, egyéni versenyszám.
A versenyzők MK fordulókon, kéttusa- és háromtusa OB-n elért helyezési száma alapján elért pontszámai alapján rangsorolva, az így kialakult sorrend szerint korosztályonként a 18 legjobb egyéni versenyző kvalifikál.
A kvalifikációk feltételei és pontozása
Korosztályos ranglista 18 fő kvalifikál a versenyre. Az összes megrendezett versenyből aktuális év augusztus 31-ig. A megrendezett versenyek száma -2 legjobb eredmény figyelembevételével és legalább 3 egyéni versenyen való érvényes (teljesített minimumszint) részvétel az előző pontban jelzett időpontig.

Két- és Háromtusa OB eredményei 1,2-es szorzóval kerülnek beszámításra.
Az egyéni versenyben alkalmazott ponttáblázat:

hely	pont
1	50
2	45
3	42
4	40
5	39
6	38
7	37
8	36
9	35
10	34

hely	pont
11	33
12	32
13	31
14	30
15	29
16	28
17	27
18	26
19	25
20	24

hely	pont
21	23
22	22
23	21
24	20
25	20
26	20
27	20
28	20
29	20

- **LASER RUN ELIT BAJNOKSÁG**

Lányok és fiúk részére, U10-U14 korosztályokban, egyéni versenyszámban.
A versenyzők MK fordulókon, Laser Run OB-n a helyezési száma alapján elért pontszámát összeadva, az így kialakult sorrend szerint, U10-U14 korosztályokban a 18 legjobb egyéni versenyző.
A kvalifikációk feltételei és pontozása:

- 18 fő az összes megrendezett versenyből (aktuális év, szeptember 30-ig) a megrendezett versenyek száma -1 versenyen elért eredmény figyelembevételével
- legalább 1 egyéni versenyen való érvényes (teljesített minimumszint) részvétel az előző pontban jelzett időpontig
- A Laser Run OB eredményei 1,2-es szorzóval kerülnek beszámításra
- a kvalifikáció pontozása azonos a kéttusa pontozással

- **EGYESÜLETI Versenyek**

Bármelyik egyesület jogosult versenyt rendezni.
A korosztályos két- és háromtusa versenyek pontszerző versenyek lehetnek az Elit Bajnokságra, amennyiben a verseny alábbi feltételeknek megfelel:

- nyílt, minden egyesület számára megengedett az indulás és a versenykiírást időben megkapta,
- Időpontját a MÖSZ jóváhagyta,
- legalább 4 héttel korábban meghirdetésre került,
- a verseny szabályos megrendezési körülményeit a MÖSZ ellenőrizte és jóváhagyta.

VII. FELSZERELÉSI SZABÁLYZAT

8.1. Minden országos bajnokságon és Elit bajnokságon, illetve eredményhirdetésre kihívottak részére kötelező a **hivatalos egyesületi felszerelés használata.**

8.2. Versenyszámonkénti feleszerelés elvárások:

- **Laser Run és OCR**

U17 és magasabb korosztályokban a névvel és az egyesület nevével szabályosan feliratozott felszerelés kötelező. A versenyzőknek olyan futó felsőt kell viselniük, amelyen jól látható a nevük és alatta a nemzeti kódjuk, amelyek a következő elvárásoknak megfelelnek:

- professzionális módon lett elkészítve nyomtatással vagy hímzéssel
- a betűk mérete 7 – 12 cm
- a futó felső színétől eltérő színűnek kell lennie

U11-U15 korosztályokban legalább egyesületi futó felső viselése ajánlott.

- **Vívás**

Hiánytalan, biztonságos, szabályosan feliratozott felszerelés és egyesületi karszalag viselése kötelező. UIPM aktuális felszerelés előírásai alapján a következő szabályok érvényesek a vívóruházatra, kivéve ha a versenykiírás másképp nem rendelkezik.

- Plasztron és nadrág: A ruházatnak teljes egészében olyan anyagból kell készülnie, amely képes ellenállni a **800 Newtonos** nyomásnak. Különös figyelmet kell fordítani a hónalj alatti szellőzésre, ha van ilyen lehetőség.
- Hónalj védő: A **800 Newtonnak** ellenálló, létfontosságú felső testrészeket fedő hónaljvédő használata is kötelező.
- Fejvédő/maszk: A maszk **1600 Newtonig** ellenálló szövetből kell készüljön. Minden UIPM versenyen csak két független biztonsági eszközzel ellátott maszk használható. A maszkot sem egészben, sem részben nem takarhatja el olyan anyag, amely zavarhatja a kilátást a maszkból. A maszkot úgy kell kialakítani, hogy az előke, a kulcscsontok kiemelkedése alá érjen.

- Feliratok: A versenyzőknek a vezetéknevüket és nemzeti kódjukat (latin karakterekkel) kell viselniük a plasztron hátulján, jól olvasható szöveggel, fekete vagy sötétkék nagybetűkkel. **A betűket 7-12 cm magasan, professzionális módon nyomtatott vagy hímezett formában kell megjeleníteni.**
- Karszalag: a versenyzőknek a fegyvertelen karon, könyök és váll között, 7-12 cm széles egyesületi színű vagy egyesületi logóval ellátott karszalagot vagy ilyen átmérőjű egyesületi címert kell viselniük.

UIPM logó, csak nemzetközi versenyeken kötelező, amely viselését a *„UIPM Uniform Guideline”* aktuális verziója szerint kell felhelyezni a felszereléseken.

Felszereléssel kapcsolatos szabályszegés és vétség esetén a UIPM szabálykönyv szerinti pontbüntetést kell alkalmazni, kivéve ha a magyar szabályrendszer erről másképpen rendelkezik.

1.sz. Melléklet

1.1. Két- három- és négy- és öttusa korcsoportok, versenytávok 2025. versenyszezonban

		Úszás		Futás/Laser run			
Korosztály		**egyéni**	**váltó**	**egyéni**	**váltó**	**Lőtáv**	**sorozat**
U10	2016 és fiatalabb	50-66m	25-33m/fő	900m	2x300m /fő	-	-
U11	2015	100m	50-66m /fő	900m	2x300m /fő	-	-
U12	2014	100m	50-66m /fő	2x 600m	2x300m /fő	5m	2x
U13	2013	100m	100m /fő	3x 600m	2x600m /fő	7,5m	3x
U14	2012	100m	100m /fő	3x 600m	2x600m /fő	10m	3x
U15	2011	200m	100m /fő	3x 600m	2x600m /fő	10m	3x
U17	2009-2010	200m	100m /fő	4x 600m	2x600m /fő	10m	4x
U19	2007-2008	200m	100m /fő	5x 600m	3x600m /fő	10m	4x
Junior	2004-2006	200m	100m /fő	5x 600m	3x600m /fő	10m	4x
U24	2002-2003	200m	100m /fő	5x 600m	3x600m /fő	10m	4x
Felnőtt	2003 és idősebb	200m	100m /fő	5x 600m	3x600m /fő	10m	4x

1.2. Laser run versenyen a korcsoportok és versenytávok 2025. versenyszezonban

Korosztály	**körök**	**futó táv**	**találat**	**lőtáv**
U10 2016 és fiatalabb	3x 300	900m	2x 5	5m (Két kézzel is engedélyezett)
U11 2015	3x 300	900m	3x 5	5m (Két kézzel is engedélyezett)
U12 2014	2x 600	1200m	2x 5	5m
U13 2013	3x 600	1800m	3x 5	7.5m
U14 2012	3x 600	1800m	3x 5	10m
U15+ 2011 és idősebb	3x 600	1800m	3x 5	10m

2.SZ. MELLÉKLET

2.1. VERSENYTÁVOK PONTOZÁSA ÉS MINIMUM SZINTEK

EGYÉNI KÉT-, HÁROM-, NÉGY- ÉS ÖTTUSA											
kcs.	úszás			futás/laser run				OCR		vívás	minimum szint
	táv	250 pont	1 pont	táv	lőtáv	250/500 pt	1 pont	250 pont	1 pont	250 pont	
U10	50/66 m	0:50/1:00 mp	0,5 mp	900 m		4:00 mp	1 mp				250 p
U11	100 m	1:30 mp	0,5 mp	900 m		3:45 mp	1 mp				375 p
U12	100 m	1:30 mp	0,5 mp	2x600 m	5 m	5:30 mp	1 mp				650 p
U13	100 m	1:20 mp	0,5 mp	3x600 m	7,5 m	8:15 mp	1 mp				650 p
U14	100 m	1:20 mp	0,5 mp	3x600 m	10 m	8:15 mp	1 mp				650 p
U15	200 m	2:50 mp	0,5 mp	3x600 m	10 m	8:00 mp	1 mp	1:05 mp	0,33 mp		
U17	200 m	2:30 mp	0,5 mp	4x600 m	10 m	10:30 mp	1 mp	1:05 mp	0,33 mp	70%	
U19	200 m	2:30 mp	0,5 mp	5x600 m	10 m	13:20 mp	1 mp	1:05 mp	0,33 mp	70%	
Junior	200 m	2:30 mp	0,5 mp	5x600 m	10 m	13:20 mp	1 mp	1:05 mp	0,33 mp	győzelem	
Felnőtt	200 m	2:30 mp	0,5 mp	5x600 m	10 m	13:20 mp	1 mp	1:05 mp	0,33 mp	győzelem	

EGYÉNI ÉS VÁLTÓ LASER RUN								
kcs.	laser run egyéni				laser run váltó			
	táv	lőtáv	500 pont	1 pont	táv	lőtáv	500 pont	1 pont
U10	3x300 m	5 m (2 kéz)	5:00 mp	1 mp	2x2x300 m	5 m (2 kéz)	5:20 mp	1 mp
U11	3x300 m	5 m (2 kéz)	5:00 mp	1 mp	2x2x300 m	5 m (2 kéz)	5:20 mp	1 mp
U12	2x600 m	5 m	5:30 mp	1 mp	2x2x300 m	5 m	5:20 mp	1 mp
U13	3x600 m	7,5 m	8:15 mp	1 mp	2x2x600 m	7,5 m	7:40 mp	1 mp
U14	3x600 m	10 m	8:15 mp	1 mp	2x2x600 m	10 m	7:40 mp	1 mp
U15	3x600 m	10 m	8:00 mp	1 mp	2x2x600 m	10 m	7:40 mp	1 mp
U17	4x600 m	10 m	10:30 mp	1 mp	2x2x600 m	10 m	7:40 mp	1 mp
U19	5x600 m	10 m	13:20 mp	1 mp	2x3x600 m	10 m	13:20 mp	1 mp
Junior	5x600 m	10 m	13:20 mp	1 mp	2x3x600 m	10 m	13:20 mp	1 mp
Felnőtt	5x600 m	10 m	13:20 mp	1 mp	2x3x600 m	10 m	13:20 mp	1 mp

EGYÉNI BIATHLE ÉS TRIATHLE				
kcs.	biathle (futás & úszás)		triathle (futás & úszás & lövészet)	
	táv	lebonyolítás	táv + lővtáv	lebonyolítás
U9	F: 2x300 m & Ú: 1x100 m	Fut-Úszik-Fut	F: 3x300 m; Ú: 100 m; L: 2x5 (5 m)	Fut-Lő-Fut-Lő-Úszik-Fut
U11	F: 2x300 m & Ú: 1x100 m	Fut-Úszik-Fut	F: 3x300 m; Ú: 100 m; L: 2x5 (5 m)	Fut-Lő-Fut-Lő-Úszik-Fut
U13	F: 2x900 m & Ú: 1x100 m	Fut-Úszik-Fut	F: 3x600 m; Ú: 100 m; L: 2x5 (7,5 m)	Fut-Lő-Fut-Lő-Úszik-Fut
U15	F: 2x900 m & Ú: 1x100 m	Fut-Úszik-Fut	F: 3x600 m; Ú: 100 m; L: 2x5 (10 m)	Fut-Lő-Fut-Lő-Úszik-Fut
U17	F: 2x1200 m & Ú: 1x200 m	Fut-Úszik-Fut	F: 4x600 m; Ú: 200 m; L: 4x5 (10 m)	Lő-Fut-Lő-Fut-Lő-Fut-Lő-Úszik-Fut
U19	F: 2x1200 m & Ú: 1x200 m	Fut-Úszik-Fut	F: 4x600 m; Ú: 200 m; L: 4x5 (10 m)	Lő-Fut-Lő-Fut-Lő-Fut-Lő-Úszik-Fut
Junior	F: 2x1200 m & Ú: 1x200 m	Fut-Úszik-Fut	F: 4x600 m; Ú: 200 m; L: 4x5 (10 m)	Lő-Fut-Lő-Fut-Lő-Fut-Lő-Úszik-Fut
Felnőtt	F: 2x1200 m & Ú: 1x200 m	Fut-Úszik-Fut	F: 4x600 m; Ú: 200 m; L: 4x5 (10 m)	Lő-Fut-Lő-Fut-Lő-Fut-Lő-Úszik-Fut
Mester	F: 2x900 m & Ú: 1x100 m	Fut-Úszik-Fut	F: 3x600 m; Ú: 100 m; L: 2x5 (10 m)	Fut-Lő-Fut-Lő-Úszik-Fut

3.SZ MELLÉKLET

FORRÁSOK

UIPM SZABÁLYOK:

- HTTPS://WWW.UIPMWORLD.ORG/UIPM-RULES-AND-REGULATIONS

EGYÉB MÖSZ DOKUMENTUMOK:

- HTTPS://WWW.PENTATHLON.HU/KOZERDEKU-DOKUMENTUMOK
- HTTPS://WWW.PENTATHLON.HU/AKTUALIS-SZABALYZATOK