



ULTRA TISZA-TÓ

PROGRAMFÜZET
2026

 **SUZUKI**

Address 125



*Cél
a mozgékonyságig*

PROGRAMTÁBLA

Július 1., szerda

Budapest 1134 Tüzér utca 9-11

10:00-20:00 Rajtsomagátvétel minden induló részére, személyes nevezés a vasárnapi futószámokra és bringatúrára a szabad helyek függvényében

Július 2., csütörtök

Budapest 1134 Tüzér utca 9-11

10:00-18:00 Rajtsomagátvétel minden induló részére, személyes nevezés a vasárnapi futószámokra és bringatúrára a szabad helyek függvényében

Július 3., péntek

Tiszafüred Versenyközpont Morotva Kerékpáros pihenő

14:00-20:00 Egyéni frissítő leadása, egyéni indulók számára

14:00-20:00 EXPO nyitvatartása

18:30 Technikai Értekezlet Egyéni indulóknak

19:00 Ünnepélyes megnyitó

20:00 Versenyközpont zárása

Július 4., szombat

Tiszafüred Versenyközpont Morotva Kerékpáros pihenő

5:30 Versenyközpont nyitása, Rajtsomagátvétel minden induló részére

6:00 130 km egyéni rajt

6:15 65 km egyéni rajt

6:30-10:55 130 km 4-10 fős csapatok rajtoltatása

7:00-tól 130 km 2 fős csapatok egyenkénti rajtoltatása rajtbeosztás szerint

8:00-tól 130 km 3 fős csapatok egyenkénti rajtoltatása rajtbeosztás szerint

10:10-től 65 km 2-5 fős csapatok egyenkénti rajtoltatása rajtbeosztás szerint

11:30-tól 65 km egyéni célba érkezések

15:00-tól 130 km egyéni célba érkezések

12:00-24:00 Masszázs minden futónak a Semmelweis Recovery Lounge-ban (rajtszám felmutatásával)

14:00-24:00 Zsíroskenyérparti

13:00 65 km egyéni eredményhirdetés

17:30-tól 65 km 2-5 fős csapat eredményhirdetések azon kategóriákban, ahol a versenykategóra 3. helyezett csapatai beérkeztek

19:00 130 km egyéni eredményhirdetés

20:00-tól 130 km csapat eredményhirdetések azon kategóriákban, ahol a versenykategóra 3. helyezett csapatai beérkeztek

21:30-tól További 130 km csapat eredményhirdetések

0:00 Utolsó szintidőn belül beérkezett 130 km-es versenyző köszöntése

2:00 Utolsó respect szintidőn belül beérkezett 130 km-es versenyző, Versenyközpont zárása

Július 5., vasárnap

Tiszafüred Versenyközpont Morotva Kerékpáros pihenő

8:00-8:45 Vasárnapi futószámok és bringatúra nevezés

9:00-17:00 Póló csere minden résztvevőnek, szabad kapacitás függvényében

9:00 Bringatúra rajt

9:10 Vasárnapi 5k/10k/Félmaraton rajtok

9:30-tól 5k célba érkezések

9:50-től 10k célba érkezések

10:30-tól Félmaraton célba érkezések

10:00-15:00 Zsíroskenyér party vasárnapi futóknak és bringatúrázóknak

11:00 Eredményhirdetés: Vasárnapi 5k/10k/Félmaraton

15:00 Versenyközpont zárása

Július 6., hétfő

Budapest 1134 Tüzér utca 9-11

Hétfői napon budapesti irodánk ZÁRVA

**REGISZTRÁLJ
INGYENESEN!**

OTPROBA.HU

Äktiv
Magyarország



ÖTPRÓBA,

PONT

NEKED!

KÖSZÖNTŐ

Kedves UTT résztvevők, sziasztok!

Nagy öröm számunkra, hogy ismét versenyt rendezhetünk nektek a Tisza-tó partján, és NEKTEK köszönhetően idén még többen leszünk, mint a tavalyi évben! 2026-ban már tizedik alkalommal építjük a versenyközpontot, települünk ki a váltópontokhoz, tizedszer dördül majd el a rajtpisztoly, és Ti tizedik alkalommal veszitek majd birtokba a gátat, hogy az összes települést érintve teljesítsétek a versenyt! Bízunk benne, hogy számotokra is óriási élmény lesz találkozni a régen látott ismerősökkel, versenykörülmények között teljesíteni a pályát, és belekóstolni az igazi forró nyárba. Köszönjük, hogy idén is minket választottatok! Köszönettel tartozunk Tiszafüred városának, régi és újonnan csatlakozott támogatóinknak, valamint a Tisza-tavat körülvevő településeknek is, hiszen az egész évet átívelő munkánkban rengeteg támogatást kaptunk tőlük. Legyen ez a hétvége csak a tiétek, mi pedig ott várunk majd benneteket a célban!

Sportbaráti üdvözlettel, UTT staff



GENERALI NIGHT RUN BUDAPEST



2026. augusztus 29.

NEVEZZ MOST!



FONTOS INFÓK

#0 STAFÉTAPP

AZ NN ULTRABALATONON MÁR JÓL BEVÁLT, MOST AZ ULTRA TISZA-TÓ EGYÉNI ÉS CSAPATVERSENYÉN SEGÍTI MAJD AZ INDULÓKAT A STAFÉTAPP.

LEGFŐBB FUNKCIÓK:

LETISZTULT SZAKASZLISTÁN KERESZTÜL KÖVETHETŐ NYOMON AZ AKTUÁLISAN FUTÓ CSAPATTAG. A SZAKASZOKHOZ KÜLÖN HOZZÁRENDELHETŐEK A CSAPATVERSENYBEN RÉSZTVEVŐ CSAPATOK TAGJAI, A SAJÁT FUTÓTEMPÓJUKKAL.

ELÉRHETŐ A VERSENY TELJES SZAKASZLISTÁJA ÉS RÉSZZLETES SZAKASZLEÍRÁSOK BEÉPÍTETT NAVIGÁCIÓ SEGÍTI A CSAPATOKAT ÉS AZ EGYÉNI TELJESÍTŐK KÍSÉRŐIT, HOGY MIHAMARABB ELÉRJENEK PONTRÓL-PONTRA.

ÉRTÉKELD A PONTSZEMÉLYZET MUNKÁJÁT A SZAKASZLEÍRÁS ALJÁN TALÁLHATÓ CSILLAGOK SEGÍTSÉGÉVEL.

#1 PARKOLÁS A VERSENYKÖZPONT KÖZELÉBEN

A VERSENYKÖZPONT TISZAFÜREDEN, A MOROTVA KERÉKPÁROS FÉLSZIGETEN KERÜL KIALAKÍTÁSRA, AHOVA AUTÓVAL TOVÁBBRA SEM TUDTOK BEHAJTANI. A MOROTVA ELŐTTI PARKOLÓK KIZÁRÓLAG DÍJFIZETÉS ELLENÉBEN VEHETŐK IGÉNYBE, EZÉRT JAVASOLJUK, HOGY A VERSENYBEN NEM HASZNÁLT GÉPJÁRMŰVEKKEL A SZÁLLÁSHELYEKNÉL PARKOLJATOK. A PARKOLÓ NEM ŐRZÖTT, A KOCSIKBAN HAGYOTT ÉRTÉKEKÉRT ÉS A PARKOLÓBAN TÖRTÉNT KÁRESETEKÉRT FELELŐSSÉGET NEM VÁLLALUNK!

#2 CHIPEK ÁTVÉTELE

A VERSENY HETÉBEN, A MEGHIRDETETT IDŐPONTBAN BUDAPESTEN, A VERSENYIRODÁN, MAJD PÉNTEKEN, SZOMBATON ÉS VASÁRNAP A VERSENYKÖZPONTBAN, TISZAFÜREDEN TUDJÁTOK FELVENNI AZ IDŐMÉRŐ CHIPEKET, 5000 FORINT KAUCIÓ ELLENÉBEN - A RAJTCSOMAG RÉSZÉKÉNT. EZT AZ ÖSSZEGET A CHIP LEADÁSA UTÁN, A VERSENY VÉGÉN VISSZAKAPJÁTOK VAGY FEL IS AJÁNLHATJÁTOK JÓTÉKONY CÉLRA, AMI IDÉN A SEMMELWEIS EGYETEM ALAPÍTVÁNYÁNAK TÁMOGATÁSA, AKIK A SEMMELWEIS EGYETEM VÉRSZÁLLÍTÓ TEVÉKENYSÉGÉNEK ÉS A SOFŐRÖK MUNKÁJÁNAK TÁMOGATÁSÁRA GYŰJTENEK. RAJTSZÁM ÉS A RAJTCSOMAG FELVÉTELÉNEK FELTÉTELE A STAFÉTAPP FELÜLETEN ELÉRHETŐ, ELFOGADOTT FELELŐSSÉGVÁLLALÁSI NYILATKOZAT.

#3 IDŐMÉRÉS

AZ ULTRA TISZA-TÓ VERSENYEN A MÁR MEGSZOKOTT RENDSZERREL TÖRTÉNIK AZ IDŐMÉRÉS, DE AZ ADATOKAT A RUNTIMING OLDALÁN TALÁLJÁTOK MAJD MEG. A CHIPET MINDEN VÁLTÓPONTON HOZZÁ KELL ÉRINTENI A SZEMÉLYZETNÉL TALÁLHATÓ IDŐMÉRŐ DOBOZHOZ, AMELY CSIPOGÁSSAL JELZI A SIKERES MÉRÉST. A RENDSZER LEHETŐVÉ TESZI AZ EREDMÉNYEK KÖVETÉSÉT AZ IDŐMÉRŐ ÉS A VERSENY HONLAPJÁN. AZ IDŐMÉRŐ RENDSZER ÉS A CHIPEK HASZNÁLATA A FUTÓK FELADATA, AZ IDŐMÉRÉS SAJÁT FELELŐSSÉGRE TÖRTÉNIK. A CSAPATOK RÉSZÉRE NEM KÖTELEZŐ MINDEN „CHECKPOINT”-NÁL CSIPPANTANNI, DE A STAFÉTAPP ZÖKKENŐMENTES MŰKÖDÉSÉHEZ AZ IDŐMÉRŐ ESZKÖZÖK HASZNÁLATA ELENEDHETETLEN. VEGYÉTEK FIGYELEMBE, HOGY AZ IRREÁLIS IDŐVEL HALADÓ CSAPATOKAT A VERSENYBŐL KIZÁRJUK!

AZ EGYÉNI VERSENYZŐKNEK KÖTELEZŐ AZ IDŐMÉRŐ PONTOK HASZNÁLATA, A 130 KM ALATT TÖBB, ELŐRE NEM KÖZÖLT PONTON MANUÁLISAN IS JEGYZHETJÜK AZ EGYÉNI VERSENYZŐK ÁTHALADÁSÁT. A VERSENY VÉGÉN, AZ EGYÉNI TELJESÍTŐK IDEJÉT MEGVIZSGÁLJUK, AMENNYIBEN AZ JELENTŐS ELTÉRÉST MUTAT A SAJÁT ÁTLAG TELJESÍTÉSHEZ KÉPEST - ÉS BEBIZONYOSODIK A SZABÁLYTALANSÁG -, A VERSENYZŐT AZ EREDMÉNYLISTÁBÓL KIZÁRJUK!

#4 PROGRAMTÁBLA

A HÉTVÉGE PROGRAMTÁBLÁJA ITT ÉRTHETŐ EL: <https://ultratiszato.hu/programtabla-2026/>



FIGHTERS' RUN

EPLÉNY

2026. OKTÓBER 17-18.



NEVEZZ MOST!

#5 RAJTOLTATÁS

SZOMBATON AZ EGYÉNI 130 KMTÁVVERSENYZŐI REGGEL 6:00-KOR RAJTOLNAK, A 65 KMTÁVVERSENYZŐI PEDIG 6:15-KOR. A 2-10 FŐS (130 KM ÉS 65 KM) CSAPATOK AZ ELŐRE KÖZZÉTETT RAJTIDŐPONTBAN, EGYESÉVEL INDULHATNAK. A RAJTIDŐPONTOT LEKÉSŐ CSAPATOKAT CSAK A MEZŐNY LEGVÉGÉN TUDJUK INDÍTANI, ÉS SZÁMUKRA NEM TUDJUK SEM AZ ÚTVONALAT, SEM AZ ÁLLOMÁSOK NYITVATARTÁSÁT GARANTÁLNI.

#6 ÚTVONAL

A VERSENY ÚTVONALA A TISZA-TÓ MELLETTI GÁTON, POROSZLÓ UTÁN PEDIG AZ ÚJ TISZAHÍDON ÁT HALAD, EGÉSZEN TISZAFÜREDIG, AHOL A VERSENYKÖZPONTNÁL KÖVETKEZIK A FORDÍTÓ ÉS IDŐMÉRŐ PONT. ONNAN ISMÉT A GÁTON HALADTOK VISSZA 65 KILOMÉTERT A VERSENYKÖZPONTIG. EZEN A PÁLYÁN A FUTÓK ÉS A BRINGÁSOK BIZTONSÁGOS KÖRÜLMÉNYEK KÖZÖTT TELJESÍTHETNEK. FONTOS, HOGY A GÁTON AZ ARRA JOGOSULT HELYI LAKOSOK AKÁR AUTÓVAL IS KÖZLEKEDHETNEK. A GÁTON SZINTKÜLÖNBESÉG NINCS, SAJNOS ÁRNYÉK SE SOK, EZÉRT OKVETLEN FIGYELJETEK A NAPVÉDELEMRE ÉS A FOLYADÉKPÓTLÁSRA! NEM CSAK A JÓ KONDIRA, HANEM A TÜRELMETEKRE IS SZÜKSÉG LESZ!

#7 VÁLTÁS ÉS FRISSÍTÉS

A 2023 MÁR BEVÁLT FRISSÍTÉSI REND TOVÁBBRA IS ÉRVÉNYES:

A FRISSÍTŐPONTON TALÁLHATÓ SÁTORBA KIZÁRÓLAG A ZÖLD RAJTSZÁMOS EGYÉNI INDULÓK ÉS ZÖLD RAJTSZÁMOS EGYÉNI BRINGÁS KÍSÉRŐ(K), VALAMINT A ZÖLD RAJTSZÁMOS, 130 KM-ES TÁV 2-3 FŐS CSAPATTAGJAI LÉPHETNEK BE. A 65 KM 2-5 FŐS, 130 KM 4-10 FŐS CSAPATOK FUTÓI ÉS A 2-10 FŐS CSAPATOK BRINGÁS KÍSÉRŐI KIZÁRÓLAG A SÁTORON KÍVÜLRŐL, A CSAPATASZTALRÓL TUDNAK VIZET, IZOTONIÁS ITALT ÉS EGYÉB FRISSÍTÉST VÉTELEZNI. TUDOMÁSUL VESSZÜK, HOGY A SZERVEZŐ A ZÖLD RAJTSZÁMOS EGYÉNI INDULÓK ÉS ZÖLD RAJTSZÁMOS EGYÉNI BRINGÁS KÍSÉRŐ(K), TOVÁBBÁ A 2-3 FŐS, 130 KM-ES TÁV ULTRAFUTÓ CSAPATOK FUTÓI SZÁMÁRA A SÁTORON BELÜL EXTRA ASZTALT TART FENN, MELYRŐL KIZÁRÓLAG ŐK FRISSÍTHETNEK. A SZERVEZŐ JEGET KIZÁRÓLAG A SÁTORON BELÜL AZ EGYÉNI ÉS EGYÉNI BRINGÁS KÍSÉRŐK, TOVÁBBÁ 130 KM -ES TÁV 2-3 FŐS CSAPATOK FUTÓI RÉSZÉRE BIZTOSÍT. SZERVEZŐ A 65 KM 2-5 FŐS ÉS 130 KM 4-10 FŐS CSAPATOK RÉSZÉRE JÉG ELŐRENDELÉSI LEHETŐSÉGET BIZTOSÍT.

AHOL VAN RÁ MÓD, VONJATOK ÖSSZE SZAKASZOKAT, ÍGY NEM KELL MINDEN PONTON MEGÁLLNOTOK ÉS A KÍSÉRŐKNEK IS TÖBB IDEJE MARAD A FELKÉSZÜLÉSRE, FRISSÍTÉSRE, STRANDOLÁSRA! AZ ÚTVONALON ÖSSZESEN KILENC VÁLTÓ- ÉS FRISSÍTŐPONT KERÜL KIALAKÍTÁSRA, VALAMINT TOVÁBBI HÉT, KIZÁRÓLAG FRISSÍTŐPONTON TUDTOK MAJD KALÓRIÁT ÉS FOLYADÉKOT PÓTOLNI. A 9 MEGADOTT VÁLTÓPONT BÁRMELYIKÉN TETSZŐLEGESEN LEHET MAJD MINDKÉT IRÁNYBAN VÁLTANI. A KERÉKPÁROS KÍSÉRŐK ÉS A VASÁRNAPI BRINGATÚRA RÉSZTVEVŐK - AKIK PIROS RAJTSZÁMMAL RENDELKEZNEK - KIZÁRÓLAG A KÖVETKEZŐ NÉGY PONTON FRISSÍTHETNEK:

1. ABÁDSZALÓK II. (25 KM)

2. SARUD (47 KM)

MAJD A FORDÍTÓT KÖVETŐEN

3. SARUD (83 KM)

4. ABÁDSZALÓK II. (105 KM)

#8 JÉG

JEGET KIZÁRÓLAG AZ EGYÉNI INDULÓKNAK, EGYÉNI INDULÓK BRINGÁS KÍSÉRŐINEK ÉS A 130 KM-ES TÁV 2-3 FŐS CSAPATOKNAK BIZTOSÍTUNK. A 65 KM 2-5 FŐS ÉS 130 KM 4-10 FŐS CSAPATOK SZÁMÁRA JÉGVÁSÁRLÁSI LEHETŐSÉGET BIZTOSÍTUNK, MELYNEK ELŐFELTÉTELE A JÉG MEGRENDELÉSE. RENDELÉST AZ ALÁBBI LINKEN LEHET LEADNI JÚNIUS 30-A 17:00-IG: <https://forms.gle/Njg8TRLgGshVfbjW8>

#9 SZIVACSOS FRISSÍTÉS ÉS SLAGOS ZUHANY

IDÉN MINDEN PONTRA BIZTOSÍTUNK DÉZSÁBAN VIZET A SZIVACSOS FRISSÍTÉSHEZ, ÍGY A SAPKÁKAT, FEJKENDŐKET ÉS A SZIVACSOKAT BE TUDJÁTOK VIZEZNI. FONTOS! EZEK A DÉZSÁK HIGIÉNIAI OKOK MIATT NEM POLÓ ÖBLÍTÉSRE ÉS MOSDÁSRA KERÜLNEK KIHELYEZVE. JÓ HÍR, HOGY AZ ÚTVONALON TÖBB IS LESZ SLAGOS FRISSÍTÉS IS, AHOL AKÁR A TELJES TESTFELÜLETET TUDJÁTOK NEDVESÍTENI, HÜTENI!



CSOPAK

2026. OKTÓBER 2-3.



NEVEZZ MOST!

#10 #RUN GREEN

A PONTOKON A HULLADÉKOT SZELEKTÍVEN GYŰJTJÜK. SÁRGA ZSÁKOKBA AZ ÖSSZENYOMOTT PET PALACKOKAT, KÉK ZSÁKOKBA A PAPIRT, MÍG A FEKETE ZSÁKBA A KOMMUNÁLIS EGYÉB HULLADÉKOT GYŰJTJÜK. KÉRJÜK, HOGY A NÁLATOK FELGYŰLEMLETT SZEMETET A PONTOKON ADJÁTOK LE, HOGY A VERSENY ÖKOLÓGIAI LÁBNYOMÁT MINIMALIZÁLHASSUK, MAGUNK ÉS UNOKÁINK ÖRÖMÉRE!

#11 AUTÓS KÖZLEKEDÉS

A GÁTRA (A FUTÓÚTVONALRA) AUTÓVAL FELHAJTANI TILOS ÉS BALESETVESZÉLYES! A GÁTON TÖBB PONTON IS KAMERARENDSZER ÜZEMEL. A BEHAJTÁSI ENGEDÉLLEL NEM RENDELKEZŐ AUTÓSOK ALKALMANKÉNT 100.000 FT BÍRSÁGRA SZÁMÍTHATNAK. TÖBBPONTON FIZIKAI ZÁRISKIVAN HELYEZVE, EZEKEN A PONTOKON NEM TUDTOK TOVÁBBHAJTANI.

AUTÓSOK SZÁMÁRA ELSŐDLEGESEN A STAFÉTAPP BEÉPÍTETT NAVIGÁCIÓJÁT AJÁNLJUK, MELYEL PONTRÓL-PONTRA A LEGRÖVIDEBB ÚTON JUTHATOK EL.

#12 VASÁRNAPI BRINGATÚRA

A BRINGATÚRÁT IDÉN IS VASÁRNAP RENDEZZÜK MEG, AHOL A TÁV 65 KM. IDŐMÉRÉS NINCS A BRINGATÚRÁN! JAVASOLJUK, HOGY NE AGYORS BEÉRKEZÉSRE KONCENTRÁLJATOK, HANEM ÉLVEZZÉTEK KI A TÓ SZÉPSÉGÉT ÉS A VERSENY HANGULATÁT. BUKÓSISAK HASZNÁLATA AZ EGÉSZ TÚRÁN KÖTELEZŐ, CSAKÚGY, MINT NAPNYUGTA UTÁN AZ ELSŐ ÉS A HÁTSÓ LÁMPA HASZNÁLATA!

A KIÍRÁS ÉRTELMÉBEN KIZÁRÓLAG A KÖVETKEZŐ ÁLLOMÁSOKON TUDTOK FRISSÍTENI:

1. ABÁDSZALÓK KIKÖTŐ (25 KM)
2. SARUD (47 KM)

A BRINGATÚRA VASÁRNAP 9:00-KOR RAJTOL, A CÉLTERÜLETEN 15:00-IG FOGADJUK A BEÉRKEZŐKET.

#13 KÖZLEKEDÉS A BICIKLIS KÍSÉRŐKNEK ÉS A VASÁRNAPI BRINGATÚRA

RÉSZTVEVŐKNEK: A GÁT - A VERSENY PÁLYÁJA - SZŰK, HELYENKÉNT MINDÖSSZE 2 MÉTER SZÉLES, TOVÁBBÁ ODA-VISSZA FORGALOM ZAJLIK RAJTA. AZ ULTRA TISZA-TÓ MEZÖNYÉN KÍVÜL MÁS KERÉKPÁROSOKKAL IS TALÁLKOZTOK MAJD, EZÉRT KÉRJÜK, HOGY NE A FUTÓ MELLETT, HANEM ELŐTTE VAGY MÖGÖTTE HALADJATOK!

#14 PARKOLÁS A PONTOKNÁL

A VÁLTÓPONTOK HELYÉT IGYEKEZTÜNK ÚGY KIJELÖLNI, HOGY A KÖZELÜKBEN LEHESSEN PARKOLNI. NE A PARKOLÓHELY ÉS A VÁLTÓPONT KÖZTI TÁVOLSÁG CSÖKKENTÉSÉVEL NYERJETEK IDŐT, HANEM AZZAL, HOGY IDŐBEN ÉRKEZTEK ÉS NYUGODT KÖRÜLMÉNYEK KÖZÖTT VÁLTOTOK. A PONTOKNÁL KÉRJÜK, TARTSÁTOK BE A PARKOLÁST SEGÍTŐ FORGALOMIRÁNYÍTÓK UTASÍTÁSAIT. A PARKOLÓHELYEK SZÁMA NEM MINDENHOL ELÉGSÉGES, ÍGY KÉRJÜK, MINÉL KEVESEBB IDEIG FOGLALJÁTOK A HELYEKET!

#15 TÁJÉKOZÓDÁS

AZ ÚTVONALON MINDIG A JELÖLÉST, NE PEDIG AZ ELŐTTETEK HALADÓ FUTÓT (VAGY KERÉKPÁROST) KÖVESSÉTEK! A GÁTON FELFESTÉSSEL, KILOMÉTERJELZŐ ASZFALTMATRICÁKKAL ÉS TÁBLÁKKAL JELÖLJÜK AZ IRÁNYT A TISZAFÜREDI FORDÍTÓIG. JELÖLÉSEKET ODAFELE VÉGIG A JOBB-, VISSZAFELE PEDIG A BAL TALÁLJÁTOK!

#16 NAP ÉS SZÚNYOG VÉDELEM

AZ ÖSSZES FRISSÍTŐ- ÉS VÁLTÓPONTRA JUTTATUNK NAPTEJET ÉS SZUNYOGRIASZTÓT, HA ELFELEJTENÉTEK SAJÁTTAL KÉSZÜLNI.

#17 STRANDOLÁS ÉS FÜRDÉS

AZ ÚTVONAL 46. KILOMÉTERÉNÉL ÉRTEK SARUDRA, AHOL A TÓ EGYIK LEGSZEBB STRANDJA TALÁLHATÓ. A KÖVETKEZŐ KÉT SZAKASZT VONJÁTOK ÖSSZE ÉS, AMÍG TÁRSATOK (AKI EGY HŐS ÉS TERMÉSZETESEN MEGÉRDEMEL PÁR LÁNGOST JUTALMUL - HA ÖNKÉNT VÁLLALTA AZÉRT, HA NEM ÖNKÉNT, AKKOR MEG AZÉRT...!) LEFUTJA A SZAKASZÁT, ADDIG NEKTEK MAJDNEM HÁROM ÓRÁTOK MARAD EGY KIADÓS STRANDOLÁSRA. A STRANDOKAT MINDEN INDULÓ A SAJÁT FELELŐSSÉGÉRE HASZNÁLJA!

NÁLUNK A LEGJOBB KEZEKBEN VAGY!

A HIRDETÉS
FELMUTATÓJÁNAK
AZ UTT26-OT KÖVETŐEN
13 NAPON KERESZTÜL
15% KEDVEZMÉNYT
ADUNK!

AZ AJÁNLAT MÁS KEDVEZMÉNYEKSEL NEM ÖSSZEVONHATÓ.
AZ AKCIÓ KIZÁRÓLAG A MARATONMENT DEPO ÜZLETBEN ÉRVÉNYES, ONLINE VÁSÁRLÁSRA NEM VONATKOZIK.

1 138 BUDAPEST, NÉPFÜRDŐ 5/C. | WWW.MARATONMAN.HU



MARATONMAN DEPO
Futóbolt & frissítőpont

#18 ÉJSZAKAI SZAKASZOK

LESZNEK OLYAN CSAPATOK, AMELYEK - HA NEM IS SOKAT, DE - NAPNYUGTA UTÁN, SÖTÉTBEN IS FUTNAK MAJD. KÉRJÜK, HOGY MINDENKI VIGYEN MAGÁVAL FEJLÁMPÁT, MERT ENNEK VISELÉSE AZ ÉJSZAKAI SZAKASZOKON - BIZTONSÁGI OKOKBÓL - KÖTELEZŐ.

#19 FOTÓK

A RAJT SORÁN, ILLETVE A CÉLBAN, VALAMINT AZ ÚTVONALON A FUTÓFOTÓ PROFI FOTÓSAI KÉSZÍTENEK RÓLATOK KÉPEKET, AMELYEKET A FUTOFOTO.HU OLDALON TUDTOK MEGTEKINTENI ÉS MEGVÁSÁROLNI, A VERSENYT KÖVETŐ HÉTEN.

#20 MELLÉKHELYISÉGEK ÉS HIGIÉNYIA

MINDEN VÁLTÓ- ÉS FRISSÍTŐPONTRA MOBIL WC-KET VISZÜNK. KÉRJÜK, HOGY A SZEMETET A WC MELLETTI SZEMETESÉKBE DOBJÁTOK, NE A WC-BE !

#21 ÉREMOSZTÁS A CÉLBAN

A CÉLBA ÉRKEZÉSKOR - AZ NN UB-HOZ HASONLÓAN - CSAPATOK SZÁMÁRA KIZÁRÓLAG A STAFÉTAPP QR-KÓD FELMUTATÁSA UTÁN ADJUK ÁT AZ ÉRMET! EGYÉNI INDULÓK SZÁMÁRA ÉRMET, RAJTSZÁM ELLENÉBEN TUDUNK ÁTADNI.

#22 MASSZÁZS

A VERSENY VÉGÉN, A VERSENYKÖZPONTBAN A SEMMELWEIS EGYETEM MUNKATÁRSAI SEGÍTIK A REGENERÁLÓDÁST EGY RÖVID MASSZÁZZSAL, MELYET MINDEN SZOMBATI NAPON FUTÓ VERSENYZŐ IGÉNYBE VEHET A RAJTSZÁMA FELMUTATÁSÁVAL.

#23 ZSÍROSKENYÉRPARTI

A BEÉRKEZÉS UTÁN, A CÉLTERÜLETEN ZSÍROSKENYÉRPARTIVAL VÁRUNK BENNETEKET. ENNEK IGÉNYBEVÉTELÉHEZ RAJTSZÁMOTOKRA LESZ SZÜKSÉG!

#24 CSAPATBAN FUTÓK FIGYELMÉBE

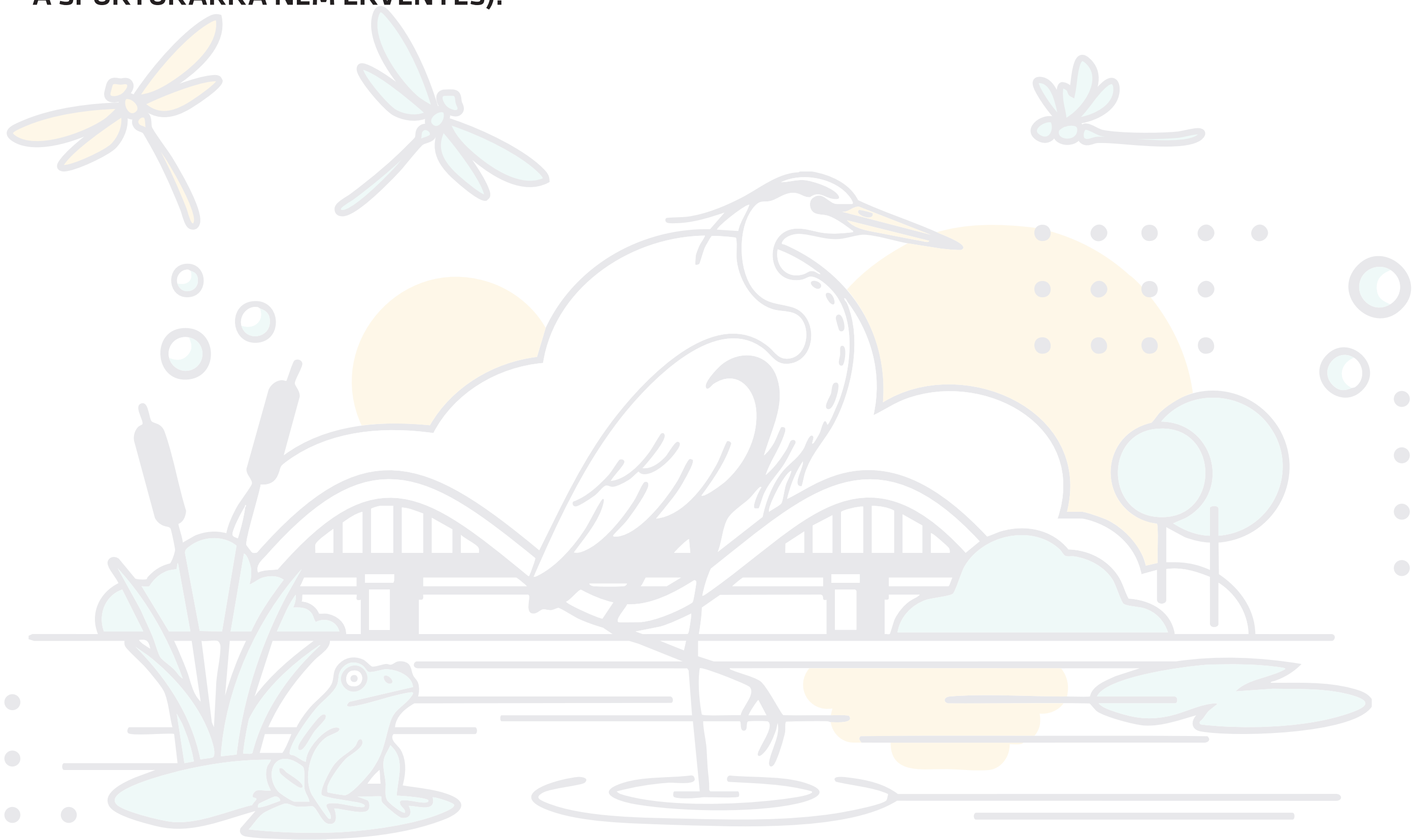
KÉRJÜK, HOGY BIZTASSÁTOK AZ ÚTVONALON LASSABBAN HALADÓ, ZÖLD RAJTSZÁMOS ULTRAFUTÓKAT!

#25 MENTŐSZOLGÁLAT

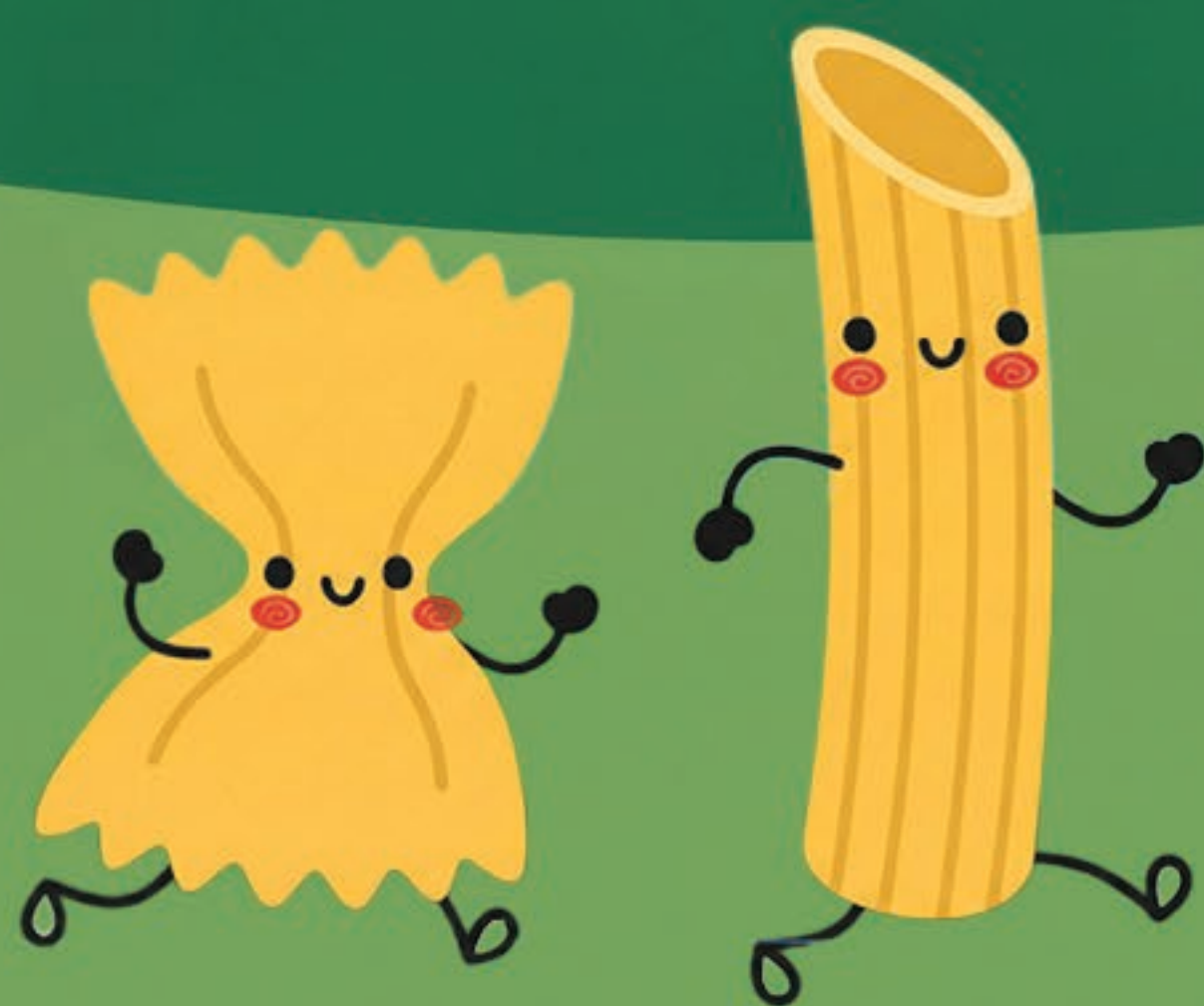
A MEZŐNYT MENTŐAUTÓ ÉS MOTOROS MENTŐ KÍSÉRI. MINDEN RAJTSZÁMON OTT SZEREPEL AZ ULTRA TISZA-TÓ MENTŐSZOLGÁLATÁNAK TELEFONSZÁMA, AMELYET PROBLÉMA ESETÉN AZONNAL TUDTOK HÍVNI. A MENTŐK TELEFONSZÁMA: +36 30 645 2775

#26 ÉRTÉKES KEDVEZMÉNYEK

A RAJTSZÁMOTOK FELMUTATÁSÁVAL EGÉSZ JÚLIUSBAN 20% KEDVEZMÉNNYEL VÁSÁROLHATTOK A MARATONMAN DEPO FUTÓSZAKÜZLETBEN (A KEDVEZMÉNY MÁS AKCIÓVAL NEM VONHATÓ ÖSSZE ÉS A SPORTÓRÁKRA NEM ÉRVÉNYES)!



PENNE LENNÉL EGY ULTRA TÁVBAN?



Kedves Gyermelyi rajongó!

Csavard fel
az Ultra Tisza-tó előtt az energiát!

A Gyermelyi tésztákkal
könnyen feltöltheted az energiaraktárakat,
hogy a pályán is jól tekerjenek a lábak,
legyen szó bicikliről, vagy futásról!

www.gyermelyi.hu

CSAPATNÉV

CSAPATNÉV	FŐ	RAJT
4%	9	9:25:00
7	7	8:50:00
:)	2	7:00:00
“No speed limit”	4	10:35:00
(r)Uncredible	8	8:30:00
#mitkeresünkitt	9	9:25:00
10Pajtás	10	7:30:00
4-bal láb	2	10:10:00
404 - Speed not found	5	10:30:00
4Endorphins	4	10:00:00
A slepp	8	8:45:00
A Te hangod mèleyebb!	4	11:15:00
A Vajaik	5	11:05:00
A.B.Original	2	10:20:00
Ad montem	3	8:15:00
Ajkavádli	5	7:40:00
ALFASpEED	10	6:30:00
Amilyen hülye vagy	2	10:20:00
Andrissal Suhanók	5	6:35:00
Apa már a parkolóban elfáradt!	2	10:20:00
Aperol	2	11:25:00
Árnyék Duó	2	10:20:00
Árnyék nélkül	3	8:10:00
Áron Angyalai	4	6:45:00
Astro Raptors	3	8:15:00
Aszfalt-szőkevények	5	6:45:00
Aszfalt.Hofik	3	8:15:00
Aszfaltreccsentők	9	6:45:00
ATOMS	10	6:35:00
B oldal	2	7:10:00
B-G Collective	3	10:20:00
B3resek	2	11:20:00
Bács MRFK öRUNgyalok	9	10:05:00
Bagázs	10	8:45:00
BAKAKALAND	7	8:40:00
Baksays Pedagalopp	5	10:20:00
BarangoLO	10	7:20:00
Bármitfutók	7	6:55:00
BBraun	4	8:25:00
Bébielefántok	8	8:55:00
Berat bora	2	7:05:00
Best Mood Winners (BMW)	5	10:45:00
Betongyilkosok	2	7:05:00
Beváltó 2	4	11:00:00
BeViNo	3	11:15:00
Biceg	2	7:00:00
BigMakik	7	8:45:00
Biztos jó ötlet ez?	7	6:30:00
BK	4	6:30:00
Boldogok, akik célba érnek	4	11:00:00
Bolondos dallamok	7	8:35:00
BOSCH 60+70	6	7:15:00
Bosch Run AS Team	10	8:50:00
Bosch Run AS Team 2	5	10:40:00
Bourns Run & Smile	10	7:20:00
Brenntag	5	10:35:00
Brooks Flow Runners	8	6:55:00
Bükki alakulat	10	9:40:00
CÉLtudatosak	8	7:40:00
Cerva Running Team	10	8:50:00
CHALLENGERS	5	7:15:00
CNT Running Team	10	7:45:00
Colas Út	8	8:45:00
COLAS We Run The Way	8	8:55:00
Compact Running 2a	2	7:10:00
Compact Running 2b	2	7:05:00
Crazy Runners	3	8:00:00
CsáBosch	10	9:10:00
CsáBosch60	8	8:50:00
Csacsogó csajok	3	8:10:00
CSAK	3	11:20:00
Csakazértis	6	6:50:00
Családi csapatás	5	11:20:00
Családi futi	5	11:00:00
Csapat	5	6:45:00
Csapat hattyúk	7	8:35:00
Csapatunk!	4	7:30:00
Csata Kancák	4	11:00:00
Csiki Suhanó Divák	6	8:40:00
CSK-k	2	10:15:00
CSÚSZÓMÁSZÓK	2	10:35:00
Debreceni Törvényszék	5	6:50:00
Diótörők	5	10:30:00
DocRun	5	7:15:00
DogRace	9	9:05:00

CSAPATNÉV

CSAPATNÉV	FŐ	RAJT
Dometic	7	8:30:00
Dominó	5	10:45:00
Dreher	7	7:55:00
Egy Csapat	10	6:30:00
Elit Futók Klubja	5	10:35:00
eljutunkafiniSIGMA	10	9:30:00
Először jó ötletnek tűnt	7	9:25:00
Elsőbálozók	4	10:15:00
Elszántak	8	10:00:00
EmberÖltők	10	7:45:00
Emlék-Futók	2	7:00:00
eNeMI	8	7:30:00
Épkar Haller Corner	3	11:10:00
ÉPKAR Kőrös 19.	2	11:05:00
Épkar Rubin Residence	10	9:20:00
Érj utol! - Számlázz.hu	9	6:55:00
Erőműhely	10	9:35:00
ÉSZAKERDŐ Zrt.	10	9:25:00
Eurlszom	10	8:20:00
EVK1	9	9:05:00
EVK2	5	11:00:00
Facultras	5	10:15:00
Fagyisok és Társaik	8	8:30:00
Fakopàncsok	2	10:35:00
Fejlesztés	7	9:30:00
FEK	3	8:05:00
Feláldozhatatlanok DuoEdition	2	7:10:00
FényBefutók	5	10:35:00
Ferences Farkasok	6	7:15:00
FiftyFit	3	10:25:00
ForrestRunp	7	9:35:00
Fortinet Runsomeware	10	9:10:00
Four for health	4	11:15:00
Főnix Rendje	8	10:05:00
FSZM Runners	4	6:45:00
Fuss el Véle!	4	7:30:00
Fuss Kronos Fuss	10	6:55:00
Fuss Neki Team	8	9:40:00
Fuss, Petyu fuss	9	7:35:00
FussonKimerreLát	6	6:35:00
Fut a GS1	10	6:30:00
Fut A Kereszt	10	7:40:00
FutaRéde	6	9:15:00
FutASpec	9	8:50:00
FUTAZLL	5	10:30:00
Futkorászók	10	8:20:00
FutNI	10	8:35:00
Futni mentünk újra	10	9:15:00
Futóbarátok	3	8:05:00
FuTóKör Csatka	8	7:35:00
Futópajtik	7	7:50:00
Futópia	5	9:00:00
FutóShock	3	8:00:00
Futótalpak	3	10:15:00
Futrinka	9	7:35:00
Futrinkák	2	11:00:00
fUTTaranyos	4	6:45:00
Futunk... és remélünk	4	11:00:00
Fürge Lajhárok	9	9:05:00
Fürge Norma Lábak	10	8:20:00
Galik Energetika Kft.	10	9:20:00
GNMFit	7	9:30:00
Golyósok	8	7:35:00
Green Bunny	10	8:20:00
Gyalogkakukk	5	8:25:00
Hajrá D csopi!	6	9:55:00
Hanka Team 2026	5	8:40:00
Happy Run Duo/Csk+a fia	2	7:00:00
Hegyközi lekvárok	2	7:10:00
Hirtelen Hármás	3	11:00:00
HitRun	2	7:10:00
Hitvány Futóegerek	5	10:45:00
Hold my bestie	2	11:20:00
Hosszú lépés	3	8:05:00
Hosszúlépés	5	9:00:00
Hosszúlépés Újratöltve	10	7:40:00
Hullámszó pulzus	3	11:05:00
Huncut Betyárok	2	7:00:00
I'm too old for this sh*t	5	6:40:00
IBUSZKriszCross	5	10:50:00
Ilyen még nem volt	6	6:35:00
InDaRun - 130 km a gyerekekért	10	9:05:00
Insieme	8	7:30:00
IronPal Team	2	7:00:00
it.hu	6	7:30:00



KELLYS
BIKE COMPANY

A boost üzemmód
benned is megvan!
Kapcsolj rá!



Sikeres teljesítést kíván minden
versenyzőnek a **Kellys Bicycles!**

CSAPATNÉV

ITK Cégcsoport	10	7:20:00
Jámbor Impalák	6	9:15:00
Jászberény Futásai	5	6:45:00
Jolánkák	3	10:30:00
Joyson Run Team	10	8:50:00
Juhuuu! Futunk	9	7:45:00
Juhuuu! Futunk 2.0	9	7:45:00
K&H kékhék	10	7:20:00
Ka-libra 2002 Bt	5	11:05:00
KA-TEAM	2	7:10:00
Kacsapat	7	9:00:00
KARGO	4	9:25:00
KeKelit GmbH	8	6:30:00
Keleti Front	2	11:05:00
KergeZerge	7	9:25:00
Kettős TAG	2	11:05:00
KÍNLÓDTeAM	2	11:05:00
Kitartás SE	10	9:05:00
Kocsonyás Vádlík	9	8:30:00
Komjáthyk	2	10:55:00
KörAcél 6os	6	10:00:00
Körútfutó Hajdúk	5	10:05:00
Kraken X	10	9:10:00
KUNsági kocogók	5	10:45:00
Kutyátlanul NEM Tökmindegy	7	8:15:00
Külsősőr 14.	10	6:30:00
KVFO	6	9:50:00
LajhárBaba-LajhárMama és a szülinapos	3	8:10:00
LakePlacid	4	10:05:00
Légszomj Trió	3	10:15:00
Lex Ikonok	6	6:35:00
Lion's Girls	2	7:05:00
Lityi lötyi se	4	8:30:00
LIWO Group	7	7:25:00
Lux Mundi	2	10:25:00
Lükverc	2	10:55:00
M&M'Zs	6	9:00:00
Majd Lesz Valahogy	3	10:55:00
MakárTeam	5	10:35:00
MÁKosok	9	7:20:00
Mangólé	3	10:40:00
Máris megbántuk	5	10:10:00
Marlinok	8	6:55:00
Mátra Motion	7	8:45:00
Medi(s)print	2	11:15:00
MEDICARE SZÜLÉSZET	6	9:00:00
Még nem tudjuk...	10	9:15:00
Megker(g)ültem	5	6:50:00
Megoldás 2.0	7	7:40:00
Megvárjalak?	8	9:05:00
Méhecskék	3	7:55:00
Mellrákfórum-Nem vagy egyedül!	8	8:55:00
Alapítvány		
MesseRunners	4	10:45:00
MH Araszoló Roham Brigád	10	9:50:00
MH ARB MÁTYÁSFÖLDÖNFUTÓK	8	8:55:00
MH KRE	4	9:50:00
MIFlamingók 2.0	6	6:40:00
Mind meghalunk	3	8:00:00
Mindhárom	3	8:05:00
MindMeghalunk de	10	9:30:00
Minekazafutás	6	9:30:00
MiNT a villám	10	9:40:00
Mirage	7	8:50:00
Miskolc Police	10	9:50:00
Mitsubishi Electric	6	7:15:00
MKK Futócsapat	10	6:40:00
Mókus örs	4	6:45:00
Mór Running Team	4	6:40:00
Móri Ezerjók	6	8:15:00
Mozaik Csajok	6	6:30:00
MVM ERBE	10	7:55:00
MVM NapszúrásCrew	7	7:55:00
MVM OVIT M TEAM	10	7:55:00
MVM Paksi Atomerőmű Zrt.	8	7:55:00
Nádudvari Heroes	10	9:40:00
Napsugárvet Family Team	3	10:55:00
Nem gondoltuk át	5	7:30:00
Nem gondoltuk komolyan!	10	6:40:00
Nem Puding Duó	2	11:25:00
Nem tudtuk eldönteni	5	8:50:00
NempihenHTEC	8	9:35:00
NewPest Crew	4	11:10:00
NEXsTep	5	10:15:00

CSAPATNÉV

Nizskiri	10	9:15:00
No Limits	6	8:35:00
NOKIA	7	9:35:00
NonStopperek	3	8:00:00
Norbi és Marci	2	11:10:00
Női túlerő	8	8:45:00
Nyírség Expressz	5	10:10:00
Nyolc Hullám	8	7:35:00
Nyomod!	2	10:55:00
Nyuszicsoport	5	10:10:00
Óbudai Egyetem TSI	10	9:35:00
OneDSV	6	7:15:00
Optesz IT	10	7:50:00
OPUS FutóZárlat	10	8:25:00
OpusRun	10	7:20:00
OrosRun	8	8:40:00
OSZtag	8	9:15:00
OT	2	11:10:00
Ott vagyunk már ?	10	9:45:00
ÖNKE Angyali Dögök	4	10:55:00
ÖTÖDÖLŐ	5	7:15:00
Ötös osztag	5	6:50:00
P.M.R. Kft.	5	10:50:00
PaBo	2	11:20:00
Pace&Grace	3	11:10:00
Pán Péter Police Team	10	7:45:00
Páros kitartás "65km"	2	10:10:00
Parti Party	3	8:00:00
PartiRun	10	9:10:00
PéBoys	3	10:50:00
Peikko HU26	10	7:25:00
Pelikánék	4	10:25:00
Perfect Change Team kft	7	7:25:00
Pig Runners	10	6:50:00
Pizza - Kakukkk	6	6:35:00
POTE	8	10:00:00
Power girls	3	11:15:00
Pro-M-etheus	10	9:35:00
Profitkergetők	10	9:45:00
PTE Kitolási Szakas	10	8:20:00
Pulzus Party	10	9:50:00
Quadriga	4	6:45:00
R&R&Á Expressz	3	10:50:00
Random _UB_UTT_csp	9	6:55:00
RaptoRotty	5	10:45:00
Real Team	2	7:05:00
Remek	4	6:30:00
Renomia Biztosítási Alkusz Kft.	2	11:25:00
Rettenthetetlen Retrieverek	4	6:50:00
Revo Girls	6	8:25:00
Richter Gedeon Debrecen	10	9:40:00
RoadRunners	3	8:10:00
Rohanók	4	10:00:00
RokonRunners	10	7:50:00
Rolling tyres team	5	10:25:00
Run the Pelso	6	10:00:00
RUNDEPENDENCE	10	6:35:00
RunDuck	10	6:35:00
RunFinity	2	10:10:00
RUNiver	8	9:45:00
Runiverse	7	9:30:00
RunKIK	6	8:35:00
Runners of Ibrány - Girls	5	6:50:00
runTás	4	10:50:00
RUNtasztikusok	10	6:40:00
Rusty Rack	4	10:25:00
S Run	6	9:55:00
Sanofi Budapest	8	9:40:00
Sanofi Ultra Viola	9	9:40:00
Sasok	8	6:55:00
Schapat	5	10:55:00
screVO2 max	4	10:50:00
SEbes	10	10:05:00
SEG Automotive	10	9:50:00
SETtenkedők	10	9:10:00
Shake & Run	5	11:15:00
Shameless	2	7:05:00
Simple - Fuss egyszerűen	7	6:55:00
SimplePay - Fuss egyszerűen	7	6:55:00
Sipos Running Duo	2	10:50:00
Sógorok	2	10:40:00
SPAR IT RunTeam Error	8	9:20:00
Spirit Csajok	2	11:25:00
SportZOOna	7	7:25:00
Sprinter Spanok 3	4	8:35:00

HIDRATÁLJ A DREHER 24 HYDRATE FRISSÍTŐ ÍZEIVEL!



A DREHER 24 HYDRATE
SZÉNHIDRÁT-ELEKTROLIT OLDATAI
FOKOZZÁK A VÍZ FELSZÍVÓDÁSÁT
FIZIKAI AKTIVITÁS SORÁN

CSAK 18 ÉVEN FELÜLIEKNEKI WWW.ALKOHOLINFO.HU

▶ ANNYI A VILÁG, AMENNYIT BELETÖLTESZ

CSAPATNÉV

Sprinter Spanok DVG	3	8:10:00
Stadler	10	9:20:00
Starsky és Hutch	2	11:10:00
STREET02	7	7:25:00
STREET02	5	10:25:00
SUHANÓ Optesz	10	6:35:00
Sunyik	2	11:25:00
SuperGirls	4	9:00:00
SuperSonic Team	4	9:00:00
Swietelsky Running team	5	10:40:00
Száguldó Szurikáták	9	7:40:00
Szedált Gepárdok	10	9:10:00
Szégyen A Futás, DE Hasznos	2	11:25:00
SzerencsCrew	10	9:45:00
Szigetközi Vízügyesek	10	8:20:00
SzikszaKszolg	5	10:20:00
szimPatikusok	3	8:05:00
Szívtipró Tűztiprók	9	10:05:00
Szőlőhegy SK	7	6:40:00
Szuszogók	8	6:55:00
Tápiógyörgyei Ménes	5	7:50:00
TÁV(HŐ)FUTÓK	7	7:40:00
TDR Power Fitness Team	4	8:30:00
Te és Én	2	10:40:00
Team Habits	4	10:05:00
TEMUSOK	10	9:20:00
Térdszalagharcosok	3	8:10:00
Tesa-Team	2	7:10:00
Tesco A legkisebb is számít!!!	9	9:25:00
Tesók	6	8:40:00
Tésztaőrültek	3	10:15:00
Tetrapak CSO team	9	8:15:00
The big bang	5	8:25:00
The ExpendRunBros	7	9:20:00
Tisza-Tavi Futkosók	6	6:50:00
Tiszavirág	5	6:50:00
TITÁSZ-FUTÁSZ	10	8:30:00
Tófutók	6	7:25:00
Tolle Trappisták	8	6:40:00
Tortuga Team	4	10:25:00
ToTheNextSixty	5	10:40:00
Törökbálint újratöltve	8	9:55:00
TräningLife	5	7:50:00
TRunnerX	3	10:25:00
Tucatnyulak	8	9:35:00
TutiFrUTTik	2	7:05:00
tUTTi	5	10:20:00
U40+	6	8:35:00
UB RUNdalírozók	5	10:10:00
UBORKÁK	7	8:45:00

CSAPATNÉV

UDEMEX	2	10:15:00
Ultra Tempo Team	4	9:30:00
UltraCsalád	3	8:00:00
Ultrakészek	6	9:15:00
Ultramotiváltak	2	10:30:00
Ultrarövid Terápia Runners	10	7:20:00
UltrATEj	7	9:45:00
UltraTókerülőTesók	2	7:05:00
Urbánék	2	10:15:00
Ursula and Nora	2	10:40:00
Út a Valhallába	4	9:45:00
UTT-Ö	3	8:05:00
Úttörő1154	8	6:30:00
UTTörök	6	9:55:00
UVATERV premier	10	9:55:00
Uzsgyi Tirpák Tempó!!!	2	11:20:00
V n' B	2	7:00:00
Vágtázó Halott Rémek	4	6:40:00
Vagyunk végig	3	10:40:00
vakRUNdi	6	6:35:00
Valeo Runners 2.0	4	6:45:00
Valhalla Team	10	9:10:00
Várok RÁD!	4	10:30:00
Vasi Turbócsigák	9	6:40:00
Vaskacsák	10	10:00:00
Vecsés run crew	7	7:25:00
Velős Pirítós	3	8:10:00
ViaRunTó	10	9:45:00
Vidicsajok	2	10:30:00
Vigh Sport Staféta	10	8:20:00
Viharvadászok	8	6:55:00
Vikingek	7	6:50:00
Világbéka Run	9	7:35:00
Villámlábú vágtázók	8	8:55:00
Vincit qui se vincit	2	11:25:00
Viry-Vary FC	8	8:40:00
Vizes tizes	10	7:45:00
VS Running team	10	7:50:00
WeineRock	2	10:10:00
Wency 53	4	10:30:00
WHB Tisza Beasts	5	11:15:00
WHB Tisza Titans	10	9:50:00
WonderBosch	10	9:55:00
Worst space secenario	4	9:20:00
WTF Running Team	5	7:50:00
Zocks Running Club	8	8:55:00
Zombori vegyes	5	8:25:00
Zsuzsa family team	5	10:45:00

FŐ RAJT



1 ÉV 8 ÚJDONTSÁG



AZ ULTRA TISZA-TÓ MOBILITÁSI
PARTNERE A TOYOTA

Toyota No.1 Magyarországon:
2022-2025. évi magyarországi személy- és kishaszongépjárművek
forgalombahelyezési adatok alapján. Forrás: Datahouse.

[2026]⁸

NŐI EGYÉNI INDULÓK

Ambrus Mónika
Bajusz Tímea
Bazsó Zsuzsanna Tímea
Bisták-Vörös Eszter
Bognár-Horváth Viktória
Bogya Erika
Bolya-Tarczali Orsolya
Boros Linda
Bozó-Auer Patrícia
Brátis Elinor Klaudia
Cseke Lilla
Csernók Klári
Csizmadia Csilla
Deák Zsuzsanna
Dénes Vivien
Dobi Anett
Dósa Gabriella
Dr. Csupor Krisztina
Dr. Dorogi Márta
Dr. Garai Ágnes Szonja
Dr. Görbe Anikó
dr. Lubics Szilvia
dr. Megyeri Krisztina
Dr. Szőke Judit
Dr.Kárpáti Adél
Dudás Andrea
Féderer Györgyi
Gara Zsófia
Gerendási Réka

Göz Nóra
Gregàrik Barbara
Hatalyák Zsófia
Helmeczi Dalma
Horváth Katalin
Horváth-Kuklis Eszter
Hudák Szilvia
Ivana Butoracova
Ivanics Réka Eszter
Juhász Ágnes
Kakucs Tímea
Katona-Timár Nikoletta
Keresztes Erika
Kocsis Boglárka
Kormos-Hmaidí Fatima
Kovácsné Gyetvai Katalin
Kriszteszku Anikó
Laczkovszki Krisztina
Lőrinczy Judit
Lukács Ágnes
Màcsai Mariann
Májer Anita
Major Zsuzsanna
Majoros Szilvia
Malesevic Lili
Márkus Helyey Nóra
Máté Mónika
Mélypataki Réka
Mergl Katalin

Mòzes Adrienn
Mucsi Julianna
Müller Melanie
Nádaski Csilla
Nagy Dóra Mária
Nagy Katalin
Nagy Vivien
Nagy-Bakos Boglárka
Nagy-Vargáné Fazekas Éva
Nagné Budai Borbála
Oláh Karolina
Ormos Zsuzsanna
Óvári Móni
Páll Csilla
Pap-Juhász Andrea
Papp-Büki Gréta
Pataki Judit
Patkós Ágota Lea
Paulovics Klára
Paulovics-Berecz Evelin
Podmaniczkiné Tóth An-
namária
Poesz-Pàpai Hajnalka
Polyák Szilvia
Polyák Zsóka
Prekopcsák Réka
Pruzsinszki Krisztina
Rácz Beáta
Reisinger Tímea

Rózsahegyi Alexandra
Ruzsányi Orsolya
Sájerma Klára
Sándor-Kusztos Linda
Sipos Diána
Sira Krisztina
Soltészné Linkecs Mária
Soós Alexandra
Steppán Elvira
Szabó Írisz
Szekeres Mónika
Terenyi Edit
Tóth Gabriella
Tóth Szilvia
Toth-Sallai Tímea
Tullner Zita
Várnai Vivien
Vidovenyecz Gabriella
Virágh Éva
Zámbó Krisztina
Zsebők Adél



TÁMOGASSA ÖN IS A **SEMMELWEIS EGYETEM**
SÜRGŐSSÉGI VÉRSZÁLLÍTÓINAK MUNKÁJÁT,
MERT AZ Ő GYORSASÁGUKON ÉLETEK MÚLNAK!



A CHIPLLETÉTI DÍJ FELAJÁNLÁSÁVAL HOZZÁJÁRULHAT AUTÓFLOTTÁNK MEGÚJÍTÁSÁHOZ

A SEMMELWEIS EGYETEM AZ ALÁBBI REGENERÁCIÓS ÉS
EGÉSZSÉGMEGŐRZŐ AKTIVITÁSOKKAL VÁRJA ÖNT



KINESIOTAPE



FLOSSING



KOMPRESSZIÓS
NYIROKCSIZMA



OKOSKÖPÖLY



BEMELEGÍTŐ- ÉS
REGENERÁLÓ KRÉM



MASSZÁZSPISZTOLY



AKUPRESSZÚRÁS
MATRAC



LÁGYLÉZER

AZ AKTIVITÁSKAT AZ ALÁBBI TÁVOK RÉSZVEVŐI VEHETIK IGÉNYBE



65 KM
EGYÉNI ÉS CSAPATOK



130 KM
EGYÉNI ÉS CSAPATOK

FÉRFI EGYÉNI INDULÓK

Áncsán István
Androvics Gábor
Antal Dávid
Árgyelán Krisztián
Bacsur Tamás
Bajusz Péter
Bak Szabolcs
Báles Tibor
Balog Vidor
Balogh Ádám
Barna Róbert
Bartha Bálint
Bauecker Adam
Beda Szabolcs
Békési Bálint
Bencsics Bence
Benei Tamás
Béni Attila
Benkő Gábor
Berencsi Tamás
Bereznai Henrik
Bernecei Zsolt
Bisztriczki Csaba
Bódis Tamás
Bodnár Dávid
Bogár János
Bognár Gábor
Bojtos Vince
Börcsök Imre
Bottlik Bálint
Boza Roland
Bozó Gyula
Ceiner Benjamin
Csanádi József Balázs
Császár István
Császi Ferenc
Csengő István
Cseri László
Csík Tamás
Csingár István
Csiszár Tibor Zoltán
Czeglédi Alex
Czirkos Péter
Dancs Attila
Diósi Péter - Peka
Diriczi Zoli
Dóbé Zsolt
Dorner Péter
Dövényi-Nagy Ferenc
Dr. Gál István
dr. Jánosy Péter
dr. Kakuja Tamás
Dr. Kovács Norbert
Dr. Rimóczy István
Dr. Rónyai Áron
Dr. Tóth Attila
Drabbant István
Együd János
Énekes Tamás
Erdei Attila
Erdős Edvárd
Ernhoffer Csaba
Faragó Attila
Farkas Gábor
Farkas Gábor
Farkas Mihály
Farkas Pál
Fási István Róbert
Fekete Arnold Nyúl
Feszt István Richárd
Ficsór Dávid
Ficzere Ádám
Földes Tamás Péter
Földvári Ádám
Frenkel Alex
Fülöp Ádám
Fülöp Gergely

Futó László
Gáspár Attila
Gedeon Zsolt
Gellén László
Gesztési Bence
Godó Soma
Goldring Jenő
Görbe István
Gspann Dániel
Gulyás András
Gulyás Zsolt
Gyenes Marcell
Gyulai Balázs
Gyurcsik Ákos
Hackl Mihály
Hajzer János
Halász Tibor
Haraszi Tamás
Hartmann Dániel
Havasi Imre
Hefter József
Helembai Csaba
Helter Norbert
Herner László
Homoky Tamás
Horák Roland
Horváth Adrián
Horváth Bálint
Horváth Endre
Horváth Zsolt
Hramcsák Szilárd
Imolya László
Ispán Zsolt
Ivanics Dávid
Jakab Árpád
Jakab Ladislav
Jánosy Márton
Jekkel László
Joó Sándor
Jósvai Gábor
Juhász Dániel
Kadlecsik Milán
Kakuk András Mihály
Karnik Krisztián
Karvalics Norbert
Kaszás Kornél
Kecskeméti Ádám
Kerekes Tamás
Kincse Szabolcs
Király Csaba
Kis Péter
Kiss Dániel
Kiss Gábor Gyula
Kiss Ottó Balázs
Kiss Zoli
Kocsi Zoltán
Kocsis Balázs
Kocsy Barnabás
Kohári Szabolcs Gábor
Koller Zsolt
Köllő Szabolcs
komár Csaba
Komáromi Mihály
Komjáthi László
Kömlyői Szabolcs
koós Sándor
Kopias Balazs
Kormos János
Kotricz Tamás
Kotroczó Martin Ádám
Kovács Tibor
Kovács Attila
Kovács László Ágoston
Kralj Ádám
Kreipos Róbert
Kristóf István
Kruppa Péter

Lakatos Zsolt
Lányi Zsombor
László Tibor
Lasztovicza László
Lénárt Krisztián
Lengyel Martin
Lovácsi János
M. Szűcs Máté
Magosi Bence
Majoross Olivér
Margittai Tamás
Márkus György
Márkus János
Marsa Norbert
Ménesi Domonkos
Mészáros Arnold
Mészáros Norbert
Mihalicz Csaba
Mihalik Norbert
Mihók István
Molnár Ádám
Molnár István
Molnár Péter
Molnár Péter
Molnár Péter
Muhari Gergő
Nagy Adrián
Nagy Attila
Nagy Balázs
Nagy István
Nagy Márk
Nagy Zoltán
Nemes Bálint
Németh Kálmán
Németh Péter
Németh Rajmund
Neukum Ferenc
Neumayer Gábor
Nochta Bálint
Nyársik Ferenc Balázs
Oláh Bálint
Oláh György
Ördög István Zsolt
Orosz Gábor
Orsós Ferenc
Osbáth Tibor
Ötvös Krisztián
Pájer Bence
Pálfi Tibor
Pálkás Norbert
Palkovits Tamás
Pápes Zoltán
Papp László
Papp Tuma Attila
Parti Gábor
Pásztor András
Pásztor Milán
Pató Balázs
Pechl Ferenc
Pehártz Bence
Peti Roland
Pintér Szabolcs
Pintér-Csorba János
Potocska Gergő
Rábai Richárd
Rácz Gergely
Radomir János
Répás Zoltán
Roszik Gábor
Sallai Tamás
Sánta Norbert
Sántha István
Sántha Norbert
Sári Csaba
Schell Olivér
Schneider Sándor
Sebes Márton

Simon Ákos
Simon István
Simonyik Levente
Sipos Ádám
Somogyi Károly
Somogyi Zsolt
Spisák Emil
Stark Péter
Szabó Balázs György
Szabó István Zoltán
Szabó Márk
Szabó Máté
Szabó Péter
Szabó Tibor
Szakál Miki
Szarvas Bence
Szauder Ajtony
Szécsi Tamás
Szecsődi Péter
Szekér Ferenc
Széki Csaba
Szentmihályi Gergely
Szentpéteri Gábor
Szikszay Tamas
Szilágyi Zoltán
Szkridon Gellért
Szőke János
Szombathelyi Béla
Szőnyi János
Szőri Gergely
Sztrapek Péter
Szűcs Ádám
Szűcs Gergő
Tabányi Zsolt
Takács Krisztián
Tari István
Tari Zsolt
Tasy Péter
Telek Gábor
Telepovský Miroslav
Todd András
Tolnai Tamás
Tordai Ádám
Tordai Nándor
Török Árpád
Török Attila
Török István
Tóth András
Tóth Balázs
Tóth Csaba
Tóth Csaba
Tóth Ferenc
Tóth Gergely
Tóth Imre Barnabás
Tratner Barna
Vaczkó Zsolt
Váradi Bence
Varga Győző
Varga Imre Zoltán
Varga Zoltán
Vas Daniel
Vasas Viktor
Vathi Tamás
Velki Maximilián Kevin
Veres Gábor
Veszelszki Márk
Vidó István Zoltán
Viszlay András
Zádori Ferenc
Zakor István
Zsiga Szabolcs

0 KM

3,2 KM

1. TISZAFÜRED – TISZAÖRVÉNY

SZAKASZ HOSSZA: 3,2 KM

Részletekért kattints a térképre!

3216



3,2 KM

Hortobágyi
Nemzeti Park

Tisza-tó

1

Tiszaszőlös

3216

14,4 KM

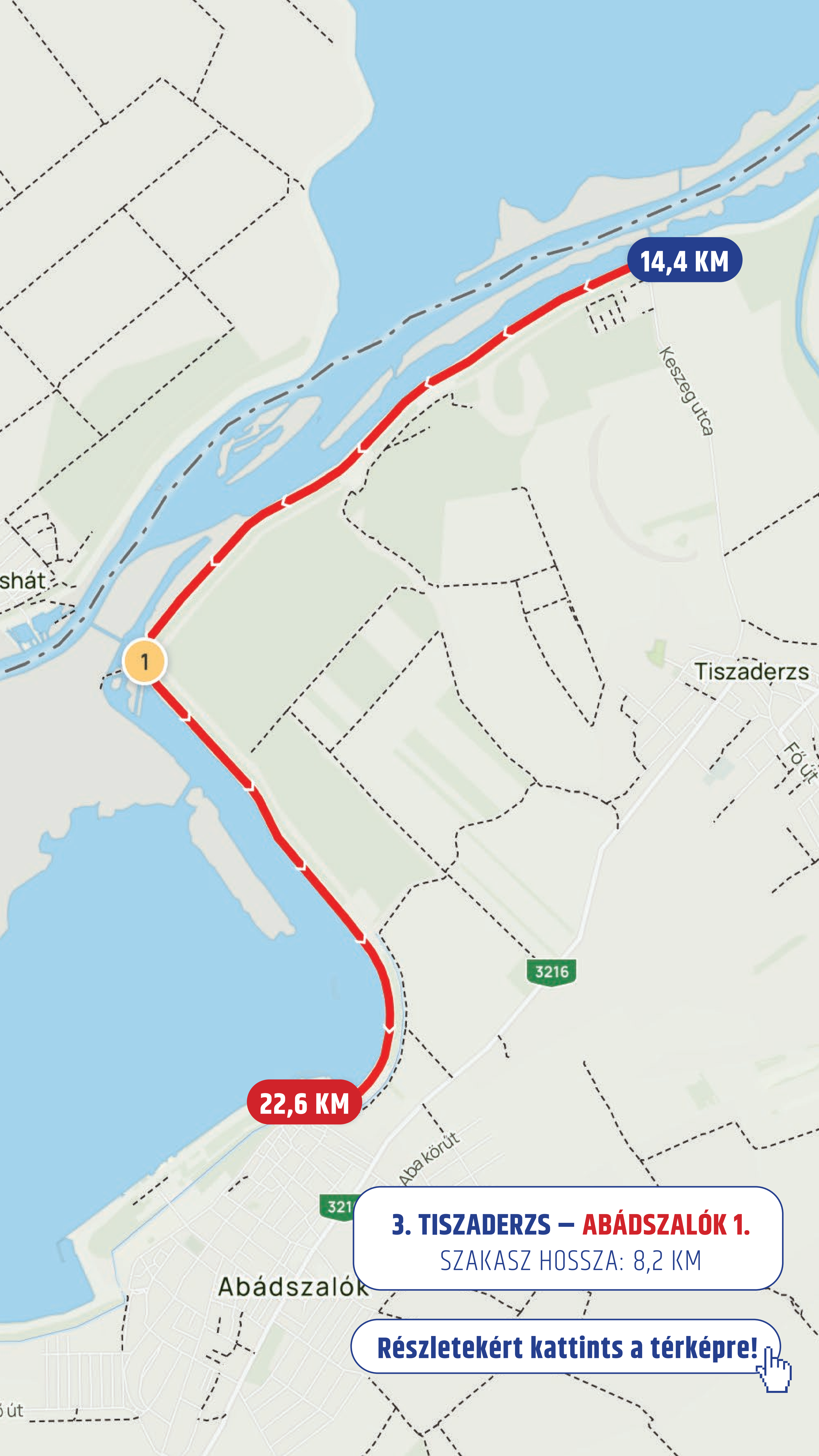
2. TISZAÖRVÉNY – TISZADERZS

SZAKASZ HOSSZA: 11,2 KM

Részletekért kattints a térképre!

Tiszaderzs

3216



14,4 KM

1

22,6 KM

3. TISZADERZS – ABÁDSZALÓK 1.

SZAKASZ HOSSZA: 8,2 KM

Részletekért kattints a térképre!



22,6 KM

25,3 KM

ABÁDSZALÓK 2. BRINGÁS FRISSÍTŐ

4. ABÁDSZALÓK 1 – ABÁDSZALÓK 2
SZAKASZ HOSSZA: 2,7 KM

Részletekért kattints a térképre!



Dinnyéshát

213

31,9 KM

1

3209

25,3 KM

Üdülő út

Pusztataskony

3216

3216

3216

Nagykunsági árvízi tározó

ABÁDSZALÓK 2. BRINGÁS FRISSÍTŐ

5. ABÁDSZALÓK 2 – KISKÖRE

SZAKASZ HOSSZA: 6,6 KM

Részletekért kattints a térképre!

3213

Dinnyéshát

37,6 KM

Frissítőpont

1

31,9 KM

3209

Üdülő út

6. KISKÖRE – DINNYÉSHÁT

SZAKASZ HOSSZA: 5,7 KM

Részletekért kattints a térképre!



3216

Pusztataskony

si Fűves Puszták
védelmi Körzet

Sarud

Tisza-tó

46,9 KM

3213

a

1

Dinnyéshát

37,6 KM

Tiszáderzs

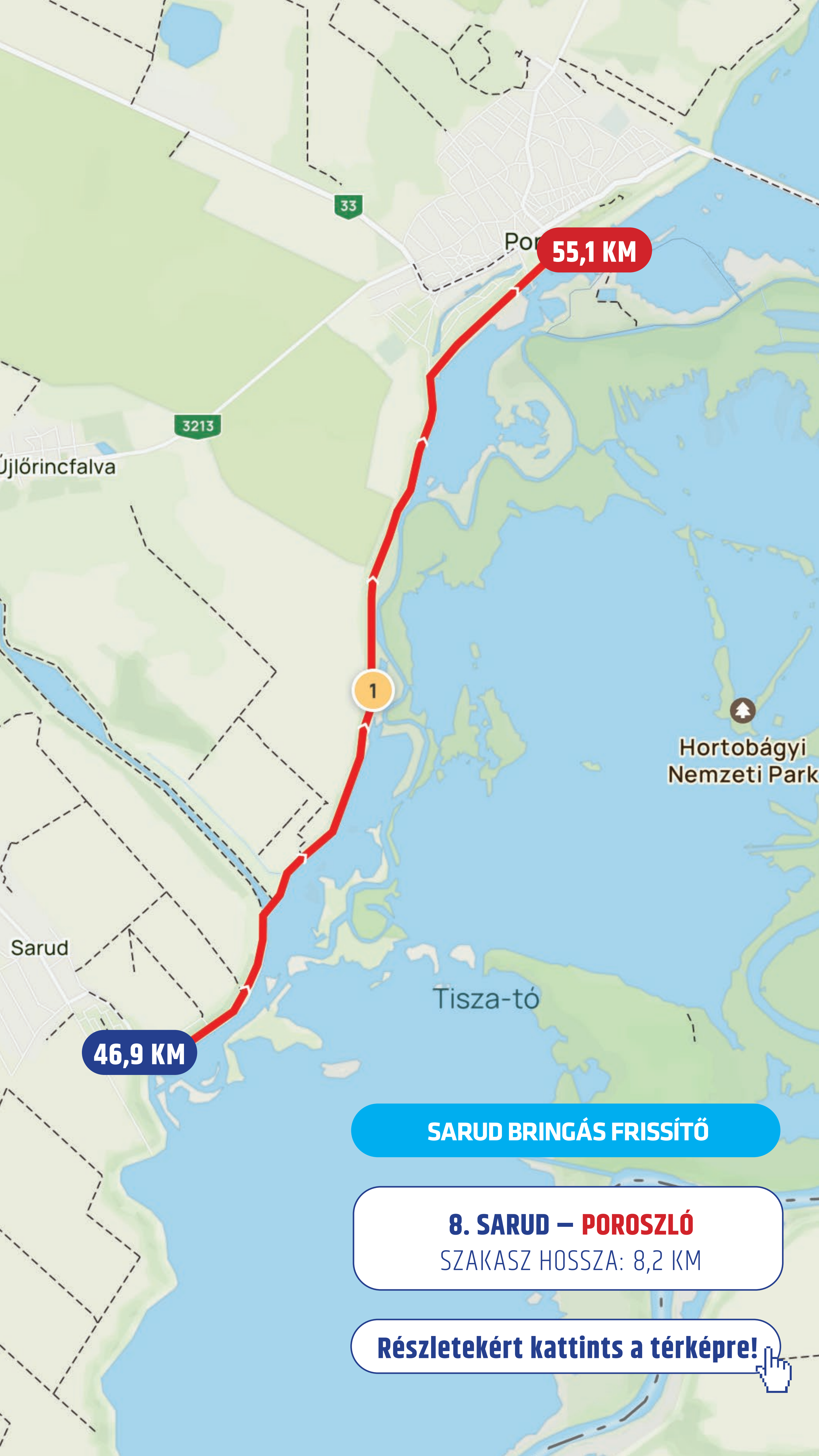
SARUD BRINGÁS FRISSÍTŐ

7. DINNYÉSHÁT – SARUD
SZAKASZ HOSSZA: 9,3 KM

Abádszalók

Részletekért kattints a térképre!





55,1 KM

3213

33

Ujlőrincfalva

1

Hortobágyi
Nemzeti Park

Sarud

Tisza-tó

46,9 KM

SARUD BRINGÁS FRISSÍTŐ

8. SARUD – POROSZLÓ
SZAKASZ HOSSZA: 8,2 KM

Részletekért kattints a térképre!



55,1 KM

65 KM

9. POROSZLÓ – TISZAFÜRED FORDÍTÓ

SZAKASZ HOSSZA: 9,9 KM

Részletekért kattints a térképre!



sodivanka

Tiszav

iszták
Körzet

74,9 KM

1

65 KM

33

Tiszafü

Hortobágyi
Nemzeti Park

TISZAÖRVÉNY

10. TISZAFÜRED FORDÍTÓ – POROSZLÓ

SZAKASZ HOSSZA: 9,9 KM

PUSZTADOMAHÁZA

Részletekért kattints a térképre!

-tó

Iajvedelmi Korzet

33

33

74,9 KM

3213

Újlőrincfalva

1

Horto
Nemze

Sarud

Tisza-tó

83,1 KM

SARUD BRINGÁS FRISSÍTŐ

11. POROSZLÓ – SARUD
SZAKASZ HOSSZA: 8,2 KM

Részletekért kattints a térképre!



uszták
örzet

Sarud

83,1 KM

1

Dinnyéshát

92,4 KM

SARUD BRINGÁS FRISSÍTŐ

12. SARUD – DINNYÉSHÁT

SZAKASZ HOSSZA: 9,3 KM

Részletekért kattints a térképre!



3213

Dinnyéshát

92,4 KM

Frissítőpont

1

98,1 KM

3209

Üdülő út

sztataskony

13. DINNYÉSHÁT – KISKÖRE

SZAKASZ HOSSZA: 5,7 KM

Részletekért kattints a térképre!

3216

3216

98,1 KM

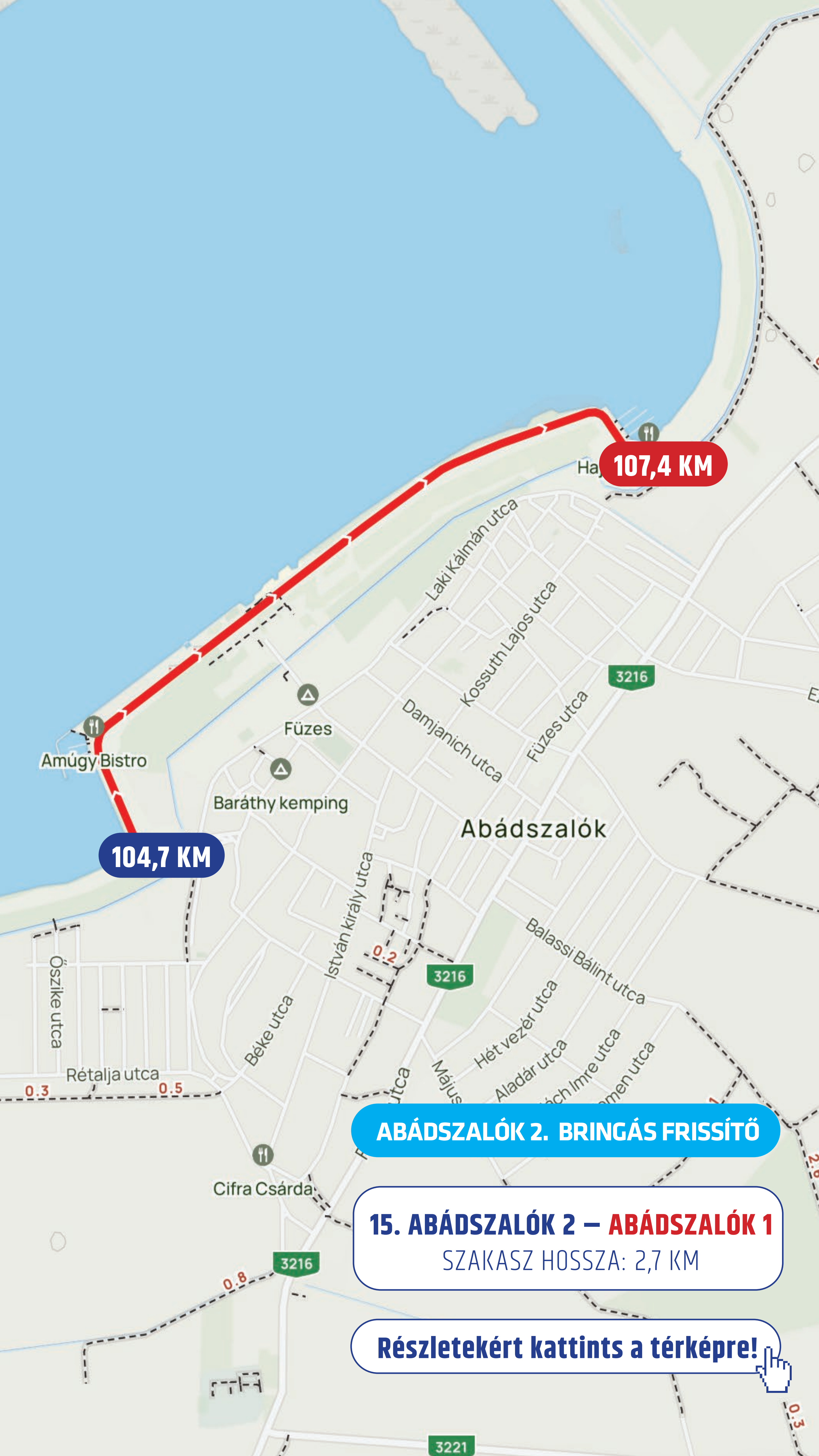
1

104,7 KM

ABÁDSZALÓK 2. BRINGÁS FRISSÍTŐ

14. KISKÖRE – **ABÁDSZALÓK 2**
SZAKASZ HOSSZA: 6,6 KM

Részletekért kattints a térképre!



104,7 KM

107,4 KM

ABÁDSZALÓK 2. BRINGÁS FRISSÍTŐ

15. ABÁDSZALÓK 2 – ABÁDSZALÓK 1
SZAKASZ HOSSZA: 2,7 KM

Részletekért kattints a térképre!



115,6 KM

1

Dinnyéshát

Tiszáderzs

107,4 KM

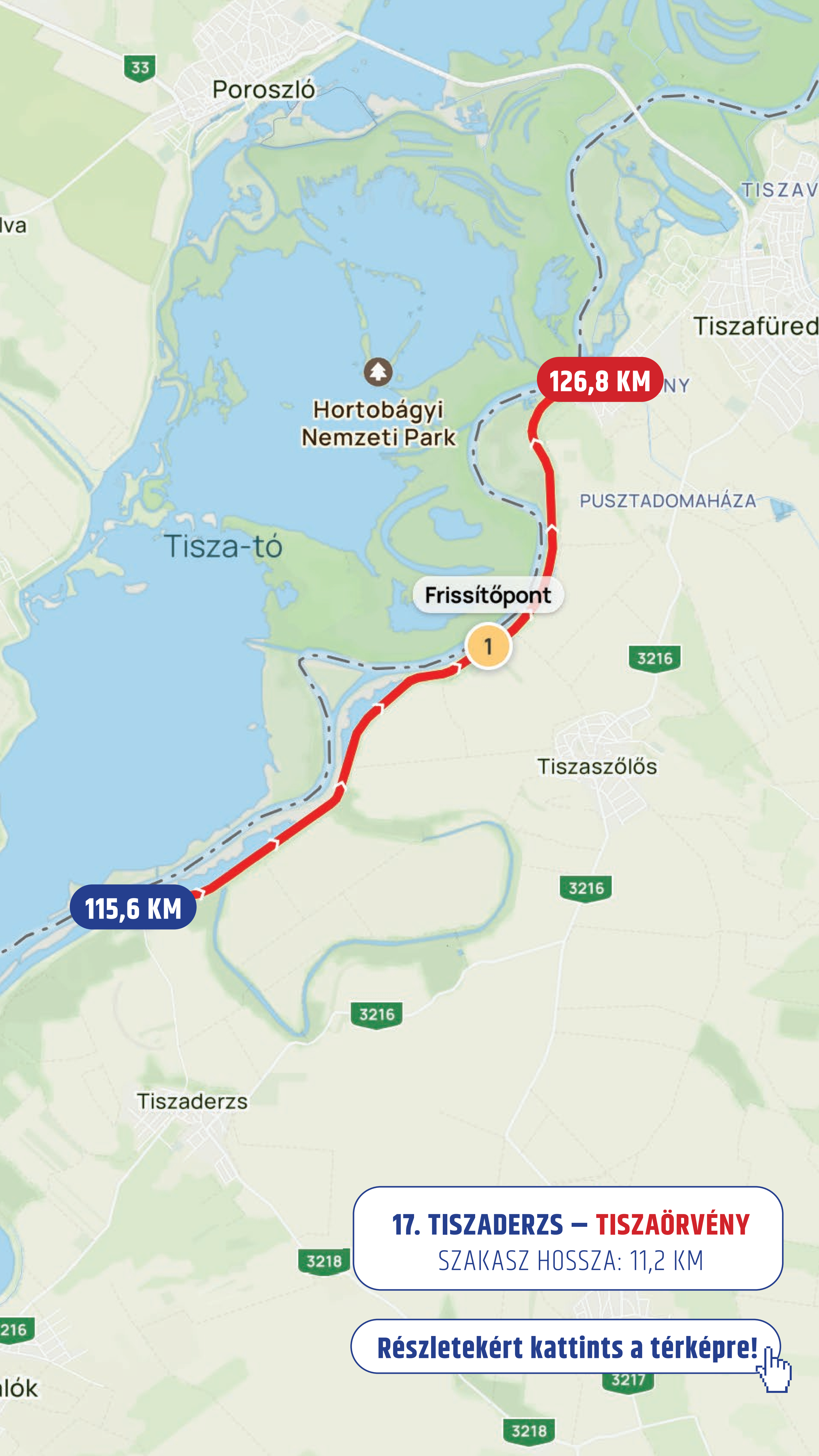
16. ABÁDSZALÓK – TISZADERZS

SZAKASZ HOSSZA: 8,2 KM

Abádszalók

Részletekért kattints a térképre!





Poroszló

TISZAV

Tiszafüred

Hortobágyi
Nemzeti Park

126,8 KM

Tisza-tó

PUSZTADOMAHÁZA

Frissítőpont

1

3216

Tiszaszőlős

3216

115,6 KM

3216

Tiszaderzs

17. TISZADERZS – TISZAÖRVÉNY

SZAKASZ HOSSZA: 11,2 KM

3218

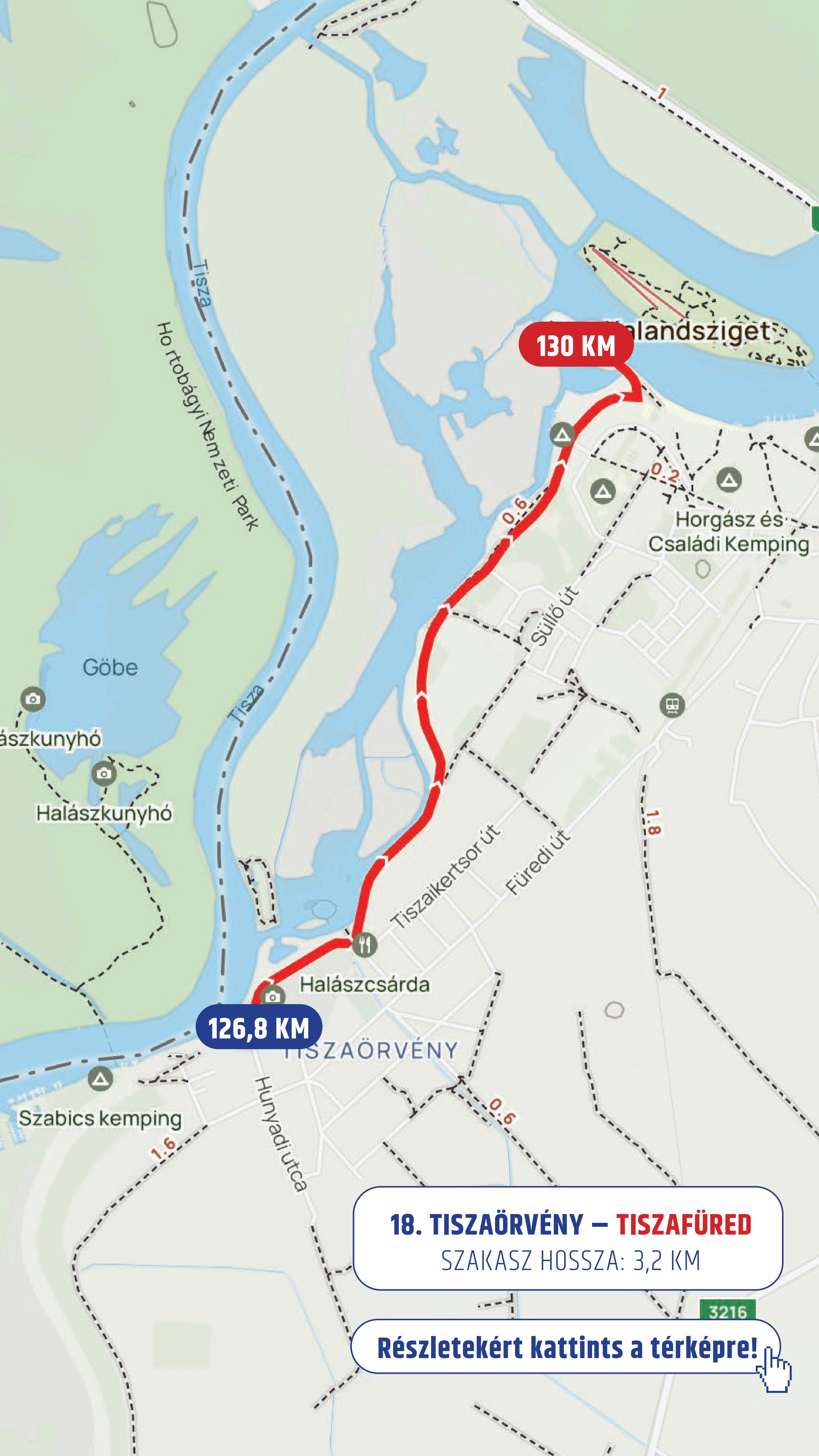
Részletekért kattints a térképre!

3217

3218

216

lók



130 KM

126,8 KM

18. TISZAÖRVÉNY – TISZAFÜRED

SZAKASZ HOSSZA: 3,2 KM

Részletekért kattints a térképre!

