

**CÉGEK KIHÍVÁSA 2015**  
**VERSENYKIÍRÁS**  
**Céges csapatok részére**



**1. A rendezvény célja:**

A május 20-án zajló Kihívás Napja rendezvény kapcsán a munkavállalók sportolásra ösztönzése, figyelmük felhívása az egészséges életmódra, kedvteremtés a rendszeres sportoláshoz.

**2. Helye, ideje:**

A benevező cégek munkavállalói által kiválasztott helyszíneken.

**2015. április 22. 06:00-tól - 2015. május 20. 21:00-ig.**

**3. Rendezők:**

Az országos verseny koordinációját, irányítását és pontozását a Magyar Szabadidősport Szövetség, (továbbiakban: szövetség) míg az egyes cégek aktív helyi testmozgásának lebonyolítását és annak internetes feltöltését jelen kiírás alapján a benevezett céges csapatok végzik.

**4. A verseny résztvevői:**

A cégek csapatai, azaz a munkavállalók közül (kortól, nemtől, nemzetiségtől függetlenül) 5 fő, beleértve a csapatkapitányt.

**5. Lebonyolítás:**

A lebonyolítás lényege, hogy az adott időszakon belül, melyik céges csapat végez több aktív testmozgást, sportaktivitást (időtartam és rendszeresség tekintetében) a másik céges csapatokhoz képest, illetve melyik céges csapat váltja fel többször mindennapjait megkönnyítő életvitelét testmozgással.

Aktív testmozgásnak, sportaktivitásnak a legalább 30 perc pulzusnövelő mozgás értendő.

A céges csapatoknak a regisztrációt követően megadott internetes felületen található edzésnaplóban kell tájékoztatást adniuk a teljesítéseikről a szövetségnek. Egy csapat egy nap akár többször is rögzíthet teljesítést az internetes felületen.

Az aktuális részeredmény minden feltöltés után megtekinthető a [www.kihivasnapja.hu](http://www.kihivasnapja.hu) honlapon. Ezen részeredmény nem foglalja magában a sportaktivitás rendszerességének pontszámát, így a pontos állásról féligévesben és a verseny végén (május 6-án és 20-án) ad tájékoztatást a szövetség. A játékban a céges csapatok küzdenek meg a „Magyarország legsportosabb cége 2015” címért és a vele járó vándorszerlegért. A vetélkedés végleges eredményét a szövetség a [www.kihivasnapja.hu](http://www.kihivasnapja.hu) honlapon teszi közzé.

**6. Ajánlott program:**

- Edzés: Aktív testmozgás, sportaktivitás (legalább 30 perc pulzusnövelő mozgás)
- Kényelmes mindennapi élet testmozgással kiváltva (15 perc séta, munkabajárás kerékpárral, lépcsőzés lift használata helyett, stb.)

**7. Helyezések eldöntése:**

A győztes a legtöbb sportaktivitást és testmozgást végző céges csapat.

A verseny pontozását a szövetség végzi. A pontozást a sportaktivitások száma, időtartama, rendszeressége, illetve az inaktív életvitel testmozgással való kiváltása befolyásolja.

A verseny győztese megkapja a „Magyarország legsportosabb cége 2015” vándorszerleget.

A versenyen résztvevő további csapatok emléklapban részesülnek.

**8. Nevezés:**

A nevezésnek tartalmaznia kell: a cég nevét, email címét, pontos címét, a csapat nevét, a csapatvezető nevét és telefonszámát és a csapatok nevét.

**A nevezési lap kitöltésére a [www.kihivasnapja.hu](http://www.kihivasnapja.hu) oldalon van lehetőség. A formanyomtatvány kitöltése után véglegesítse a nevezést.**

**A véglegesítés nem jelenti automatikusan a nevezés elküldését, ehhez az űrlap PDF dokumentumát 1 példányban ki kell nyomtatni, az előírt helyeken a csapatvezetőnek alá kell írni és a Szövetség címére kell beküldeni (postán, faxon vagy emailen szkennelt formátumban).**

Részvételi díj: **INGYENES!**  
A nevezések beérkezési határideje: **2015. április 20. 14:00**

**9. Egyebek:**

- a) A rendezvény emblémáját csak változtatás nélkül, az Országos Szervezőbizottság hozzájárulásával szabad használni, abból elvenni, vagy kitakarni tilos!
- b) A nevezési adatokban történt változások be nem jelentéséből adódó gondokért az Országos Szervezőbizottság felelősséget nem vállal.
- c) A versenyben mindenki a saját felelősségére vesz részt!
- d) Vitás esetekben az Országos Szervezőbizottság dönt.

Magyar Szabadidősport Szövetség - Országos Szervezőbizottsága  
Web: [www.kihivasnapja.hu](http://www.kihivasnapja.hu) , E-mail: [info@masport.hu](mailto:info@masport.hu)  
Tel.: (06-1) 460-6815; (06-1) 460-6816, Fax: (06-1) 460-6817