

## VI. Tájékozódási sportok

### Tájékozódási túraverseny

A túraversenyeken a versenyzőknek (gyakran csapatoknak) hátizsákkal és kirándulófelszereléssel, megadott szintidő alatt kell az ellenőrző pontokat felkeresniük és ott esetleg különböző feladatokat is meg kell oldaniuk (tájékozódással, természetjárással, helyismerettel kapcsolatos kérdések, térképi szerkesztések, stb.). A versenyeket turista egyesületek szervezik, a feladat kijelöléséhez turista térképeket (esetleg tájfutó térképet) használnak. A szintidő után vagy *előtt* érkezőket pontlevonással büntetik, tehát túl gyorsan se szabad haladni.

### Tájfutás

A tájfutás (tájékozódási futás) a tájékozódási túraversenyekből fejlődött ki. A legfontosabb különbség az, hogy a tájfutóversenyen az *győz*, aki a leggyorsabb. Természetesen emiatt kialakult egy – a természetjáróktól teljesen különböző – tájfutó felszerelés, más a térkép, és másmilyen a tájékozódási feladat is.

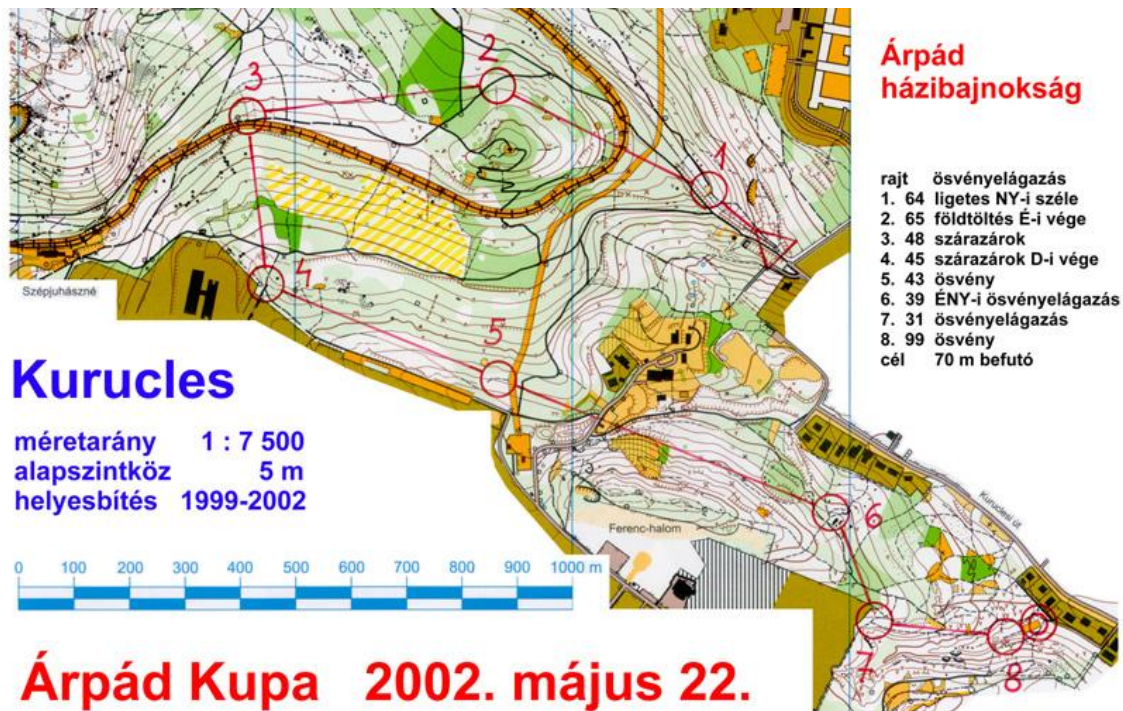
A tájfutó versenyzők a rajtból egyesével (néhány perces időközzel) indulnak. A versenyzőnek a térképen megadott ellenőrzőpontokat kell felkeresnie tetszőleges útvonalon, de a megadott sorrendben, és a lehető leggyorsabban. A versenyzők nemük, koruk és technikai tudásuk szerint különböző kategóriákban indulnak. A felnőtt elit férfi versenyzők kategóriája az F21E. Az A, B, C kategóriák technikailag egyre könnyebbek. Az N14C például a legfeljebb 14 éves kezdő lányok kategóriája. Nagyobb versenyeken a teljesen kezdőknek életkori megkötés nélkül nyílt kategóriát is rendeznek.

A futó öltözéke stoplis vagy szöges-stoplis tájfutócipőből, vékony, szellős, de erős bozóttruhából és általában lábszárvédőből áll. Ezeket a nagyobb versenyeken lehet megvásárolni, Ezen kívül fontos felszerelése a tájoló (egy speciális iránytű), a rajtban kézbe kapott térkép (a benyomtatott vagy berajzolt pályával) és a versenyzőkarton vagy az elektronikus „dugóka”.

Az ellenőrző pontok megtalálását korábban a versenyzőkarton segítségével igazolta a futó: ezen sok apró tűből álló lyukasztóval vagy színes zsírkrétával jelölt a pontfogáskor. Az utóbbi években már a kisebb versenyeket is elektronikus pontérintéssel rendezik: a versenyző egy mikrocsipet tartalmazó dugókat dug néhány tizedmásodpercre az ellenőrzőpontra elhelyezett SI (SportIdent) dobozba, ami a dugóka csipjébe nem csak a pontérintés tényét, hanem pontos idejét is rögzíti. A célban a célvonalon egy hasonló doboz rögzíti a célidőt, majd egy másik doboz kiolvassa a csipben tárolt adatokat. A számítógép ezután ellenőrzi a pontfogások meglétét és sorrendjét, kiszámolja és kinyomtatja a futó versenyidejét (a rajttól a célig) az összes részüddel együtt.

A tájfutó térkép speciális jelkulcsot alkalmazó 1:15000 vagy 1:10000 méretarányú térkép 5 méteres (vagy finomabb) alapszintközzel (lásd a [III. fejezet](#)ben). Rövidtávú, városi (park) versenyekre 1:5000 méretarányú, tehát nagyon részletes térképeket is használnak. A térképen fel van tüntetve a térkép méretaránya és alapszintköze, a térkép neve, készítője és a helyesbítés ideje. Más névanyag viszont általában nem szerepel a térképen. A tájfutó térképek ma használt jelkulcsa folyamatosan alakult a turistatérképek jelkulcsából. Legszembetűnőbb tulajdonsága, hogy a (jól futható) erdőt fehér szín jelöli, az egyre sötétebb zöldek az egyre nehezebben áthatolható erdőt, bozótot mutatják. A sárga szín a nyílt területeket (réteket), a kék a vízrajzot jelöli. A domborzati formákat és a szintvonalakat barnával, a sziklákat, utakat és mesterséges tereptárgyakat feketével rajzolják.

A piros (magenta) szín az ellenőrző pontok és a pálya berajzolására szolgálnak. A rajt helyét háromszög, az ellenőrző pontok helyét kör, a célét kettős kör jelzi. A pontokat összekötő vonal csak a könnyebb olvasást segíti, a futó maga választhatja meg az útvonalát. Szintén a futás közbeni eligazodást segítik (különösen bonyolultabb, hurkokat is tartalmazó pálya esetén) a pontok mellé írt sorszámok. Az 1. ábrán a 2002-es Árpád Kupa nyílt kategóriájának pályája látható (egyben iskolai házibajnokság is volt).



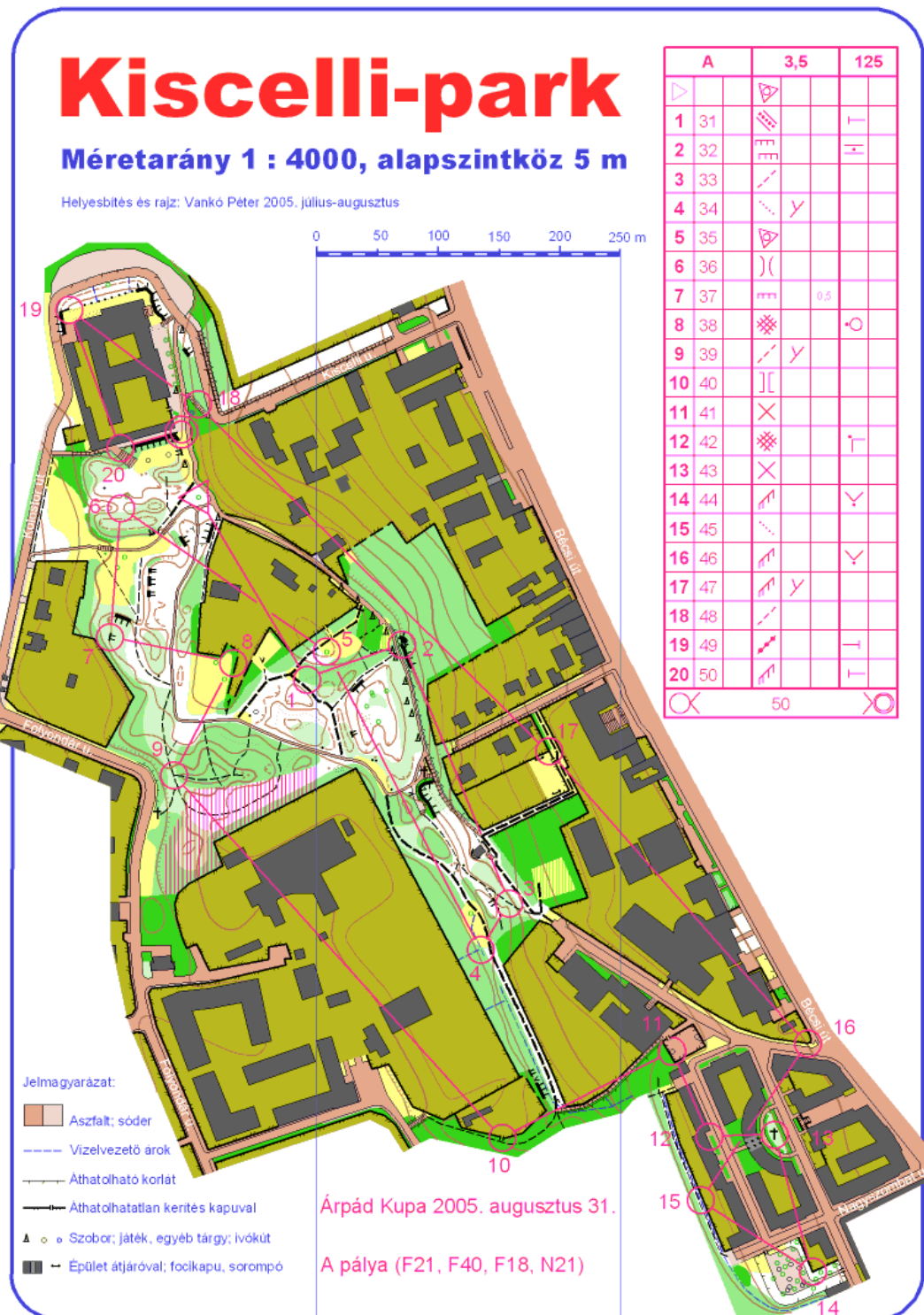
1. ábra Tájfutó térkép nyílt kategóriájú pályával

A térképen található a pontok azonosítására szolgáló kódok (általában két vagy háromjegyű számok) megadása és a pontok elhelyezésének leírása is (például 3 méteres sziklafal keleti lába). A kezdőknek szánt versenyeken kívül ezt egy speciális nemzetközi jelrendszerrel (szimbollal) adják meg. A 2. ábrán (a következő oldalon) a 2005-ös Árpád Kupa (parkverseny a Kiscelli-parkban) leghosszabb pályája látható a szimbollal.

A tájfutás szépségét az adja, hogy a futónak egyszerre kell fizikai és szellemi kihívásoknak is megfelelnie. Egy felnőtt pályán másfél órán keresztül, gyakran jelentős szintkülönbségeket is legyőzve kell futni – miközben folyamatosan *tájékozódni* kell: útvonalat választani, a térképpel a kontaktust megtartani (tudni, hogy a térképen éppen „hol vagyok”), a térképet folyamatosan „olvasni”. Cserében az időeredménytől és a helyezéstől függetlenül a „megtaláltam”, „végigcsináltam” élményével gazdagodik a versenyző, miközben természeti környezetben, szép helyeken, puha talajon (nem aszfalton) futhatott.

A tájfutás őshazája Skandinávia. Magyarországon 1975 óta van a tájfutóknak külön sportszövetsége (Magyar Tájékozódási Futó Szövetség). A magyar tájfutás nemzetközi hírnevét Monspart Sarolta alapozta meg, aki az első nem-skandináv felnőtt női egyéni világbajnok volt. Azóta még egy felnőtt világbajnokunk van: Oláh Katalin két világbajnokságon is nyert. A férfiaknál Domonyik Gábor volt (háromszoros) junior világbajnok. A szövetség koordinálja a sportéletet, de a versenyek rendezését, a fiatalok tanítását, a térképek helyesbítését és kiadását az egyesületek végzik. Budapesti és Budapest környéki tájfutó térképeket a Budapesti Tájfutók szövetségénél lehet vásárolni.

Az Árpád Gimnáziumban 1993-ban alakult tájfutó szakosztály. Az AGD (Árpád Gimnázium DSK) [honlap](#)járól nagyon sok tájfutással kapcsolatos információ elérhető – többek közt a szövetségek honlapjai is. A szakosztályban tíz éve még kb. 40 leigazolt versenyző futott – mára ez a létszám lecsökkent. 1994 óta 23 versenyt rendeztünk, nagy részük (térképekkel együtt) szintén megtalálható a honlapon. A szakosztályban szerzett tapasztalatok is nagyban hozzájárultak ennek a tantárgynak a megszületéséhez.



2. ábra Parkverseny térképe szimbollal

## Sítájfutás, tájbringa, tájtriatlon

Az utóbbi években egyre népszerűbbek az alternatív tájékozódási sportok. A sítájfutó versenyen sífutó léccel, a tájbringában hegyikerékpárral versenyeznek a versenyzők. A síversenyhez sűrű és bonyolult nyomhálózatot készítenek a rendezők, a tájbringa verseny erdei utakon zajlik. Mindkét versenyhez állóképesség, technikai tudás (síelés, biciklizés) és a tájékozódásból elsősorban az útvonalválasztás szükséges. Harangozó Gábor, az iskola egykori diákja 2006-ban már magyar válogatottként indult a felnőtt sítájfutó Európa-bajnokságon, 2007-ben pedig a Világ-bajnokságon.

A tájtriatlon térképes úszásból, tájbringából és tájfutásból áll. Magyarországon az első igazi tájtriatlon 1999-ben, a Hungária Kupa ötnapos tájfutóverseny keretében, Hévízen volt. Az úszás kicsi, vízhatlan (karra ragasztott) térképe a 3. ábrán látható.



3. ábra Tájtriatlon verseny úszás térképe