

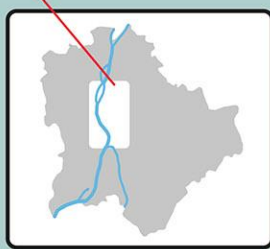


**2025.10.12.**  
**RAJT / START: 09:00**  
**TÁV/DISTANCE: 42,195 km,**  
**váltó/relay**

**FRISSTÉS/REFRESHMENT**

1. 4,1 km	víz / water
2. 7,8 km	víz / water izotón / isotonic drink banán / banana szőlőcukor / glucose citrom / lemon
3. 11,3 km	víz / water izotón / isotonic drink banán / banana íam sótableta / mineral tab szőlőcukor / glucose citrom / lemon
4. 14,5 km	víz / water izotón / isotonic drink banán / banana szőlőcukor / glucose citrom / lemon
5. 18,6 km	víz / water izotón / isotonic drink banán / banana szőlőcukor / glucose citrom / lemon
6. 22,7 km	víz / water izotón / isotonic drink íam sótableta / mineral tab banán / banana szőlőcukor / glucose citrom / lemon
7. 24,1 km	víz / water
8. 28,3 km	víz / water izotón / isotonic drink banán / banana szőlőcukor / glucose citrom / lemon
9. 31,8 km	víz / water izotón / isotonic drink banán / banana szőlőcukor / glucose íam sótableta / mineral tab citrom / lemon magnézium / magnesium kálcium / calcium Cola
10. 34,9 km	víz / water izotón / isotonic drink banán / banana szőlőcukor / glucose citrom / lemon magnézium / magnesium kálcium / calcium Cola
11. 39,3 km	víz / water izotón / isotonic drink banán / banana szőlőcukor / glucose citrom / lemon magnézium / magnesium kálcium / calcium Cola
12. 40,9 km	víz / water

**ITT FUTUNK!  
 WE RUN HERE!**



SPAR Budapest Maraton®-párban  
 váltóhely  
 SPAR Budapest Marathon Relay for 2  
 relay exchange station  
**19,8 km**

SPAR Maratonstaféta  
 2-es váltóhely  
 SPAR Marathon Relay for 4  
 2<sup>nd</sup> relay exchange station  
**19,8 km**

SPAR Maratonstaféta  
 1-es váltóhely  
 SPAR Marathon Relay for 4  
 1<sup>st</sup> relay exchange station  
**10,8 km**

- 1** KM  
KM
- ÚTVONAL — 1. KÖR  
COURSE — 1<sup>st</sup> ROUND
- ÚTVONAL — 2. KÖR  
COURSE — 2<sup>nd</sup> ROUND
- 1 FRISSTŐPONT  
REFRESHMENT STATION

- VÍZTORONY**  
WATER TOWER
- HŐSÖK TERE**  
HEROES SQUARE
- TERROR HÁZA**  
HOUSE OF TERROR
- LÁNC HÍD**  
CHAIN BRIDGE
- HALÁSZBÁSTYA**  
FISHERMAN'S BASTION
- SZABADSÁG-SZOBOR**  
STATUE OF LIBERTY

- M > 1
- M > 2
- M > 3
- M > 4



**RAJT/CÉL / FINISH**