

TANVALDSKÉ SPORTOVNÍ HRY

SENIORŮ



Pořadatelé ze Senior klubu, ZŠ Tanvald, Sportovní a SVČ Tanvald pro vás připravili sportovní dopoledne, kde si můžete poměřit síly v 10-ti sportovních disciplínách.

- ✚ **MÍSTO:** Městský stadion v Tanvaldě
(mokrý variant – hala ZŠ Tanvald, Sportovní)
- ✚ **TERMÍN:** pátek 17. května 2019, 10:00 hod.
- ✚ **KATEGORIE:**
- **tým nad 60 let a tým nad 70let,**
smíšené týmy, 8 členů v týmu,
každý účastník soutěží v každé disciplíně
 - **ednotlivec nad 60 let a jednotlivec nad 70 let**
každý účastník soutěží v každé disciplíně
- ✚ **DISCIPLÍNY:** 10, u mokré varianty 7
1. **ŠÍPKY** – hod 5 šípkami do terče na vzdálenost 3 m
 2. **UPRAVENÝ PETANG** – hod 3 koulemi na cílovou čáru na vzdálenost 5 m
 3. **BOLLOBALL** – hod 3 páry svázaných míčků na vzdálenost 4 m
 4. **BĚH** – běh na čas ženy 40 m, muži 70 m
 5. **GRANÁT** – hod 3 granáty na cíl ve vzdálenosti ženy 8 m, muži 12 m
 6. **RAKETA** – běh s míčkem na tenisové raketě na čas na vzdálenost 2 x 12 m
 7. **KROUŽKY** – hod 3 kroužky na vzdálenost 3 m na kužel (tyč)
 8. **KOLEČKO** – převoz břemen na kolečku na čas na vzdálenost 2 x 12 m
 9. **HOKEJ** – střelba florbal. holí 5 florbalovými míčky do malé branky na vzdálenost 8 m
 10. **GOLF – SNAG** – střelba golfovou holí 5 míčky na terč ve vzdálenosti 5 m
- ✚ **PŘIHLÁŠKY:** do 15. 5. na infocentrum paní Vlad'ce Kod'ouskové nebo elektronicky na e-mail: vkodouskova@tanvald.cz
- ✚ **STARTOVNÉ:** 500,- Kč/ družstvo, 60,- Kč/ jednotlivec, náklady na stravování hradí pořadatel (pitný režim a oběd ve Scolarestu)

- každý závodník se účastní sportovních her seniorů na vlastní nebezpečí
- kartičku zdravotní pojišťovny
- v případě nepříznivého počasí vhodnou obuv do tělocvičny

Přijďte si zasportovat, těšíme se na Vás.

HODNOCENÍ DISCIPLIN

- **ŠIPKY** – součet bodů z 5 hodů na terč na vzdálenost 3 m
- **UPRAVENÝ PETANG**- součet vzdáleností (v cm) jednotlivých 3 koulí od kolmice spuštěné na cílovou čáru ve vzdálenosti 5 m
- **HOKEJ** – střelba 5 míčky do malé branky na vzdálenost 8 m, 1 gól = 1 bod
- **KROUŽKY** – 3 pokusy na vzdálenost 3 m, trefa = 1 bod
- **KOLEČKO**- měří se čas (v sekundách), za který závodník projede s břemenem stanovenou trať
- **GOLF-SNAG** - střelba golfovou holí 5 míčky na terč ve vzdálenosti 5m, , trefa = 1 bod
- **RAKETA** - měří se čas (v sekundách), za který s míčkem na tenisové raketě uběhne vzdálenost 2 x 12 m
- **BOLLOBALL** - hod 3 páry svázaných tenisových míčků na vzdálenost 4 m – pokus je úspěšný, pokud dojde alespoň k jednomu obkroužení o 360 stupňů
- **BĚH** - měří se čas v sekundách
- **GRANÁT** – hodnotí se místo prvního dopadu granátu – 3 pokusy – do vymezeného prostoru (ne kde se zastaví)
- **KOŠÍKOVÁ** – **platí pouze pro mokrou variantu** – 3 pokusy ve střelbě na koš ze vzdálenosti 4m
- **Při rovnosti bodů, časů a vzdálenosti platí, že vyhrává věkově nejstarší (napříč všemi věkovými kategoriemi)**