



SPORTOVNÍ HRY[®] SENIORŮ

České Republiky 2017



PROPOZICE:

Jakou formou se přihlásit na sportovní část her seniorů (na nesoutěžní, která bude probíhat během celého dne není třeba se hlásit):

- a) **e- mailem** na info@2bfit.cz uvést : jméno a příjmení , věk, kategorii, v jakých disciplínách budu soutěžit
- b) **poštou** odeslat vyplněnou přihlášku na adresu: Bud' Fit Seniore z.s.
Na Hačálce 199
251 01 Tehov u Říčán

SOUTĚŽNÍ PRAVIDLA:

JEDNOTLIVCI:

Kategorie muži, ženy

A = 60 – 64 let (1957 – 1953)

B = 65 – 74 let (1954 – 1943)

C = 75 + (1945 a starší)

1. NORDIC WALKING

Pravidla: Skupinový závod na 800m. Startují zvlášť muži a ženy. V případě velkého počtu přihlášených rozdělených do skupin.

Hodnocení: nesmí se běžet. Měří se čas.

2. SENIORSKÝ „BIATLON“

Pravidla: Zahajuje se vyběhnutím ke střelnici. Po úspěšném střelení všech 5 terčů laserovou pistolí ve stoje se běží vymezeným koridorem ke druhé střelbě á x 5 ran.Pak se běží do cíle kde se čas zastaví. Celkem se poběží 100 m a střílí neomezeným počtem pokusů na 2 x 5 terčů.

Hodnocení: vyhrává nejrychlejší čas. Při rovnosti časů se vyhlásí semifinále a finále. Soutěží zvlášť muži a ženy po kategoriích.

3. SLALOM NA ČAS

Pravidla: dovednostní slalom na vzdálenost 2x 25 m na čas.

Hodnocení: Měří se čas. Muži a ženy zvlášť po kategoriích.

DRUŽSTVA:

Soutěž družstev bez rozdílu věku.

1. PÉTANQUE

Pravidla: družstvo složené zvlášť z mužů či žen, nebo mix. Hraje se podle pravidel pétanque.

Za organizátora

David Huf
BudFitSeniore.cz

Účast je na vlastní zodpovědnost každého účastníka, organizátor není zodpovědný za případné zdravotní problémy a hmotné škody vzniklé během konání akce Sportovní hry seniorů 2017 nebo bezprostředně po ní.