



- Sport és Szabadidő Bizottság

VERSENYKIÍRÁS
a nyugdíjasklubok HATODIK "TÍZPRÓBA" versenyére

1. A verseny célja:

- sportos sorverseny megkedveltetése a nyugdíjasklubtagok körében
- további kapcsolatok kialakítása a nyugdíjasklubok és klubtagok között

2. A verseny rendezője és időpontja:

- Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége Sport és Szabadidő Bizottsága
- Nyugdíjasok „Életet az Éveknek” Területi Egyesülete
- 2019. június 20. 10.30 órától

3. Helyszín:

- Budapest, Rákoskeresztúr, Bakancsos utcai sportpálya
- Budapest, XVII. Kerület, Bakancsos utca 4.
-

4. A verseny lebonyolítása:

- Egyéni és csapatverseny, nők és férfiak egy csoportban versenyeznek
- Csapatversenyt az egyéni eredmények alapján hirdetik ki a rendezők
- A csapatok létszáma öt fő
- ***A csapatokban 2 fő általános iskoláskorú-unoka is indulhat!!!***

Versenyszámok:

- pingpong labdaegyensúlyozás, evőkanálban 10 m-es szalom pályán, kosárra dobás kosárlabdával, 7 m-es kapura dobás kézilabdával, 5 m-es kapura rúgás mini kapuba, 11 m-es rúgás nagypályás kapuba, röplabda adogatás (szerva), teniszlabda adogatás (szerva a fogadó udvarba), petang (bocsa) dobás (lehet kislabda is), darts célba dobás, célba dobás 10 m-ről 1 m²-es területbe, karikába műanyag nyíllal (kislabdával)
- Minden versenyzőnek mind a tízpróbát teljesítenie kell
- A feladatok végrehajtása tíz pályán forgószínpad-szerűen történik
- Minden versenyző egy próbát végez, majd háromszor végrehajtja az adott pályát, minden érvényes végrehajtás 5 – 5 pontot ér
- A tíz pályán elért pontok összege adja a végeredményt

Versenybírók:

- Elnök: dr. Talyigás Katalin
- Titkár: Medveczki Aranka, Czingler Sándor
- Később felkért tíz fő pályabíró

5. A verseny résztvevői:

- Minden megye 1 – 1 csapattal indulhat, előzetes egyeztetés után lehetséges megyénként további csapatok részvétele is

- Budapest az előversenyek létszámától függően 2 – 4 csapattal nevezhet
-

6. A verseny díjazása:

- Az egyéni verseny 1 – 3. helyezette és az 1 – 3. csapatok tagjai érem és oklevél díjazásban részesülnek
-

7. Nevezés:

- Írásban, vagy e-mailen Czingler Sándor címére (posta: 8400 Ajka, Ifjúság u. 1/a. E-mail: czinglers4@gmail.com)
- **Nevezési határidő: 2019. június 1.**
- Nevezési díj nincs

8. Egyéb rendelkezések:

- A versenyen csak megfelelő ruházatban (szabadidő cipő, stb.) szabad részt venni
- A verseny helyszínén BÜFÉ üzemel
- A versennyel kapcsolatban bővebb felvilágosítás:
- Medveczki Aranka 30/641-56-86
- Czingler Sándor 70/246-91-54

Budapest, 2019. április 19.

VERSENYRENDEZŐSÉG