



Česká asociace Sport pro všechny
Regionální centrum SPV Pardubice
za podpory statutárního města Pardubice
vyhlašuje



Regionální kolo soutěže v zimním čtyřboji

- Pořadatel :** RCSPV Pardubice
Termín: sobota **11. února 2012** od 9:00
Prezentace: 8:00 – 9:00 hod.
Místo konání: tělocvična ZŠ Dubina
Přihlášky: **písemně do 6. 2. 2012** na adresu Kamil Pipek, Přelovice 43, 53341 Lázně Bohdaneč, tel.: +420 605 205 522 nebo **e-mailem** na adresu kamil.pipek@klubspv.eu
Na přihlášce musí být vždy uvedeno jméno a příjmení závodníka, datum narození a kategorie, ve které hodlá startovat.
- Startovné:** 30,- Kč členové ČASPV
60,- Kč ostatní
- Cestovné:** **neproplácí se**
- Kategorie:**
- | | | |
|----|------------------|------------------------|
| 1. | mladší žákyně I | rok nar. 2003 a mladší |
| 2. | mladší žákyně II | rok nar. 2001 až 2002 |
| 3. | starší žákyně I | rok nar. 1999 až 2000 |
| 4. | starší žákyně II | rok nar. 1997 až 1998 |
| 5. | mladší žáci I | rok nar. 2003 a mladší |
| 6. | mladší žáci II | rok nar. 2001 až 2002 |
| 7. | starší žáci I | rok nar. 1999 až 2000 |
| 8. | starší žáci II | rok nar. 1997 až 1998 |
- Discipliny:** šplh (4,5 m), skok z místa, člunkový běh, hod na koš vložený závod ve skákání přes švihadlo

Všeobecná ustanovení:

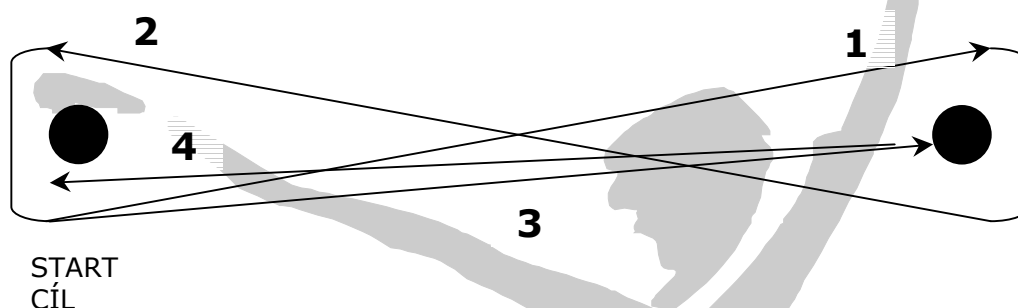
- Soutěž je vyhlašována jako veřejně přístupná.
- Soutěž je vypsána pouze pro jednotlivce v kategoriích žactva
- Vedoucí zajistí průkazy zdravotních pojišťoven všech startujících
- Do krajské soutěže postupuje z každé kategorie vždy 6 nejlepších závodníků RCSPV.
- Krajské kolo soutěže se koná v sobotu 25. února 2012
- Hodnocení jednotlivých disciplin se provádí podle tabulek RCSPV Pardubice nebo podle ustanovení tohoto rozpisu
- Protesty může podávat pouze vedoucí poškozeného závodníka, a to písemně s vkladem 100 Kč, který v případě neoprávněného protestu propadá ve prospěch RC.
- Propozice je možné rovněž nalézt na internetové adrese **<http://www.klubspv.eu>**

Popis disciplín

Šplh na tyči: 4,5 m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší)

Skok z místa: dva pokusy po sobě, delší se hodnotí provedení: odraz snožmo - doskok na obě nohy.

Člunkový běh: 4×10m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší). Na povel vybíhá od startovní metě, oběhne přední metě z levé strany a vrací se ke startovní metě, kterou oběhne z pravé strany a pokračuje znovu k přední metě (proběhnutá dráha mezi druhým a třetím úsekem tvoří tedy osmičku). Na konci třetího úseku již přední metě neobíhá, jen se jí dotkne rukou a vrací se zpět ke startovní metě.



Hod na koš: mladší žáci a žákyně I

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč volejbalový

mladší žáci a žákyně II

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč minibasketbalový

starší žáci a žákyně I

výška koše standardní (3,05 m)
vzdálenost 4 m od desky
míč na košíkovou

starší žáci a žákyně II

výška koše standardní
vzdálenost 5 m od desky
míč na košíkovou

Každý soutěžící má celkem 5 pokusů. Dosažený koš = 10 bodů, zásah koše (obroučky) z vrchu = 5 bodů.

U kategorií staršího žactva je povoleno pouze házení vrchem.