

## II. Kőbányai Senior Olimpia 2015.

### Versenykiírás

- A verseny rendezője:** Budapest Főváros X. kerület Kőbányai Önkormányzat
- A verseny fővédnöke:** Kovács Róbert, a Kőbányai Önkormányzat polgármestere
- A verseny védnöke:** KESZE (Kőbányai Ezüstkoriúk Szabadidősport Egyesülete)
- A verseny célja:** A Kőbányán élő idős korúak körében a korosztálynak megfelelő szabadidősportok és az egészséges életmód népszerűsítése, a sportbarátságok ápolása és a sporton keresztül épített kapcsolatok elmélyítése, a kőbányai idősök közösségének erősítése, valamint számukra versenyzési és aktív pihenési lehetőség biztosítása.
- A verseny helyszíne:** Kocsis Sándor Sportközpont (volt Törekvés pálya) (1107 Budapest, Bihari út 23.)
- A verseny időpontja:** 2015. október 21. 9.00–14.00 óra  
A Kocsis Sándor Sportközpont területére a belépés 8.15-től lehetséges.
- A verseny résztvevői:** Azok a kőbányai lakcímmel rendelkező 50 év feletti személyek, akik a nevezési határidőig leadják nevezési lapjukat, mellyel egyben igazolják, hogy a részvételi feltételeket elfogadják.
- A verseny feltételei:** A versenyen kőbányai lakcímmel rendelkező, 50. életévüket betöltött személyek vehetnek részt.  
A versenyen amatőr sportolók indulhatnak, így nem nevezhetnek a versenyszámokra azok a személyek, akik bármely egyesületben, bármely sportágban leigazolt sportolók.  
A versenyzéshez szükséges sporteszközt és öltöző helyiséget a szervezők biztosítanak. A résztvevők csomagjának megőrzéséről a versenyzőknek maguknak kell gondoskodniuk, a verseny helyszínén és környékén őrizetlenül hagyott értéktárgyakért a szervezők nem vállalnak felelősséget.  
A megfelelő, sportolásra alkalmas öltözetet a nevezőnek kell magával hoznia.  
A tornatermi versenyszámokon kizárólag tiszta, világos talpú váltócipőben, a szabadtéren megrendezett versenyszámokon pedig edző- vagy tornacipőben lehet részt venni. Szöges, illetve stoplis cipőt viselni a verseny helyszínén tilos!  
A megmérettetésen mindenki kizárólag saját felelősségére indulhat.  
Az esetleges versenybalesetekért, illetve a versenykiírás be nem tartásából, vagy egészségügyi okból bekövetkezett balesetekért és sérülésekért a rendező semmilyen felelősséget nem vállal, kártérítésre nem kötelezhető.  
A versenyzőknek nevezéskor a nevezési lapon szereplő részvételi nyilatkozat aláírt példányát is be kell nyújtaniuk, amivel igazolják, hogy a versenykiírásban szereplő feltételeket megismerték, saját maguk számára azokat kötelezőnek tekintik és betartják, illetve társaikkal is betartatják.  
A nordic walking versenyszámokban valamelyik lábnak állandóan kapcsolatban kell lennie a talajjal. Versenyszám közbeni futás a

versenyből történő kizárást vonja maga után.

A sakk egyéni, és a nordic walking csapat versenyszámokban nincs korcsoport- illetve nemi megkötés (mindkét nemben minden korcsoport versenyzik egymással).

A versenyszámok minimum hat fő, illetve csapat jelentkezése esetén indulnak.

**Díjazás:** Minden versenyszámban az első három helyezett érem- és oklevéldíjazásban részesül.

**Versenycategóriák:** A szervezők fenntartják a jogot arra, hogy elégtelen nevezési létszám esetén korosztályokat összevonjanak.

**Egyéni korcsoportos versenyek:**

50–59 évesek (1956. és 1965. között születettek)

60–65 évesek (1950. és 1955. között születettek)

66–70 évesek (1945. és 1949. között születettek)

71–75 évesek (1940. és 1944. között születettek)

76 év feletti (1939. előtt születettek)

**Csapatverseny:**

korcsoporttól független, női-férfi vegyes csapatok

A csapatok három főből állhatnak.

A nevezők a saját korosztályukban és nemükben három (3) egyéni versenyszámban és csapatban is rajthoz állhatnak.

**Versenyszámok:** **Egyéni** versenyszámok:

- 1) 30 m síkfutás,
- 2) 400 m síkfutás,
- 3) kislabdadobás
- 4) gumicsizmadobás
- 5) nordic walking
- 6) asztalitenisz
- 7) kosárlabdadobás
- 8) pétanque (golyós játék)
- 9) footgolf (futball-labdát kell lábbal a megfelelő méretű gödörbe juttatni)
- 10) tenisz
- 11) sakk
- 12) disc golf [célba dobás frizbivel (repülőkoronggal)]

**Csapatverseny:**

nordic walking váltó

A versenyzők rajtszáma nevezésük leadásának sorrendje szerint alakul.

**Nevezés:** A nevezés ingyenes.

A nevezés a nevezési lap kitöltésével papír alapon az Önkormányzat portáján kihelyezett dobozban, illetve elektronikusan a [szeniorolimpia@gmail.com](mailto:szeniorolimpia@gmail.com) e-mailcímen történhet.

**Nevezési határidő:** 2015. október 14.

**Helyszíni nevezésre nincs lehetőség.**

**Versenybírótság:** A versenybírótság feladatait a Kocsis Sándor Sportközpont munkatársai a KESZE tagjaival együtt végzik.

**Óvási feltételek:** Óvni az egyes versenyszámok befejezését követő 15 percen belül – tanúkat megnevezve – a versenybíráknál lehet. A versenybírótság a döntést azonnal, a helyszínen hozza meg, döntése végleges.

**Általános tudnivalók:** A versenyzők a helyszínen közös bemelegítésen vesznek részt.

A rendezvény ideje alatt ingyenes egészségügyi szűrővizsgálatokon való részvétel biztosított.

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják.