

VI. KŐBÁNYAI SENIOR TÍZKARIKÁS JÁTÉKOK • 2019 •



Program és versenyszabályok

A verseny időpontja: **2019. október 2. szerda**

helyszíne: **Kocsis Sándor Sportközpont Bihari utcai telephelye (1107 Budapest, Bihari utca 23.)**

Program

08:15 - 08:55	Érkezés, regisztráció	Nagyterem előtér
09:00	Megnyitó	Nagyterem
09:10	Bemelegítés	Nagyterem
09:20	Vívás találatjelzőre	Nagyterem előtér
09:30	Büntetődobás kosárra	Nagyterem
	Darts	Nagyterem
10:00	Asztalitenisz vagy Pétanque	Kisterem vagy Műfüves kispálya
10:30	Távtrügő verseny	Nagy műfüves pálya (esőben Teniszsátor)
10:45	Szoknyáslabda dobás célkeresztbe	Műfüves kispálya
	Korsólökés	Homokos terület
11:00	Kerékpározás	Salakpálya
11:30	Nordic Walking	Salakpálya
12:00	30 m síkfutás	Salakpálya (eső esetén elmarad)
12:45-től	Ebéd	Teniszsátor
13:45	Eredményhirdetés és nyereménysorsolás	Nagyterem

Versenyszabályok

Vívás találatjelzőre:

- a találatjelző készüléktől kijelölt vonalnál a fegyvert egykézzel tartva a versenyző igyekszik minél rövidebb idő alatt bevinni a találatokat,
- a másik kéz csípőn vagy hátul van,
- gyakorlási lehetőség nincs.

Büntetődobás kosárra:

- gyakorló dobás nincs,
- 6 darab labda eldobása,
- minden beeső labda egy pont,
- azonos eredmény esetén a végrehajtási idő rangsorol.

Darts:

- gyakorló dobás nincs,
- 2x3 nyíl eldobása,
- a 6 dobás eredménye összeadódik,
- egyenlő eredmény esetén a legnagyobb értékű dobás, ha az is egyező, akkor a soron következő, stb. rangsorol,
- ha mind a 6 dobás azonos, 1-1 új dobás, az nyer, aki a tábla közepéhez közelebb dob.



Asztalitenisz:

- csak egyesben,
- egyenes kiesés (páratlan résztvevő esetén erőnyerő),
- egy szett 11 pontig tart (min. 2 pont különbséggel),
- 2 nyert szett.

Pétanque:

- egyenes kiesés (páratlan résztvevő esetén erőnyerő),
- 2 nyert szett,
- dobni csak felülről fogott golyóval lehet, gurítani tilos!

Távrúgó verseny:

- a labdát kézből kell elrúgni helyből,
- 3 rúgókísérletet lehet végrehajtani labdával,
- ahol a labda lepattan a földre, az a távolság ér,
- a rúgókísérletek közül a legnagyobb távolság számít a versenyben.

Szoknyáslabda dobás célkeresztbe:

- a büntetőterületet jelző vonaltól 4 kísérlet van egy-egy találat elérésére,
- egy keresztre csak egyszer lehet próbálkozni,
- a találatok értéke: 4, 3, 2, 1.

Korsólövés:

- 3 kísérletet lehet végrehajtani, amelyből a legnagyobb számít,
- a kísérleteket nyaktól lökő mozdulattal kell végezni vízzel teli korsóval.

Kerékpározás:

- részvétel saját kerékpárral,
- 2 kör megtétele a legrövidebb idő alatt a pályán,
- az elért időeredmény rangsorol.

Nordic Walking: (A rendezők korlátozott számban tudnak NW botot biztosítani)

- 1 kör a salakpályán,
- elért idő rangsorol,
- technikai hiba esetén kizárás.

30 m síkfutás:

- 30 m lefutása a legrövidebb idő alatt,
- elért idő rangsorol.

Egyéb tudnivalók

- Az eseményen való részvétel nevezéshez kötött!
- Minden versenyző maximum 3 egyéni versenyszámban nevezhet.
- A rendezvény ideje alatt ingyenes egészségügyi szűrővizsgálatokon való részvétel biztosított és a résztvevők kipróbálhatják a csocsó, a csúzli és a ground golf sportágakat 10:00 órától 13:00 óráig.
- A Kocsis Sándor Sportközpont a Kisterem és a műfüves pályák közötti területen sátrat telepít a pontgyűjtő füzetbe történő bélyegzéshez. Akik még nem rendelkeznek „Mozdulj Kőbánya” pontgyűjtő füzettel, azoknak a helyszínen biztosítják azt.
- A rendezvényen a Kocsis Sándor Sportközpont dolgozói versenyzőként nem vehetnek részt.