

# VII. KÖBÁNYAI SENIOR TÍZKARIKÁS JÁTÉKOK

## 2021



## Program és versenyszabályok

A verseny időpontja:

**2021. október 5. kedd, 9:00 óra**

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
09:30	Teke	Nagyterem
	Darts	Nagyterem
10:00	Asztalitenisz vagy Pétanque	Kisterem vagy műfüves kispálya
10:30	Gumicsizma dobás	Nagy műfüves pálya (esőben teniszsátor)
10:45	Szoknyáslabda dobás célkeresztbe	Műfüves kispálya
	Harisnyából érmehalászat	Nagyterem
11:00	Célba dobás pingponglabdával	Nagyterem
11:30	Nordic Walking	Salakpálya
12:00	30 m síkfutás	Salakpálya (eső esetén elmarad)
12:45-től	Ebéd	Teniszsátor
13:45	Eredményhirdetés	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.

Teke:

- a 10 tekebábuból minél több bábút kell leütni,
- 2 gurítása van minden versenyzőnek,
- alsó egykezes technikával kell kivitelezni a gurítást.

#### 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!

#### Gumicsizma dobás:

- 3 kísérlet, a legnagyobb kísérlet távolsága számít,
- helyből egykezes felső dobással kell elvégezni a mozdulatsort.

#### 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.

#### Harisnyából érmehalászat:

- két kézzel a harisnya két szárából minél rövidebb idő alatt kell a 2 db 200 forintos érmét kivenni a harisnya aljából,
- a kezek nem érhetnek egymáshoz.

#### Célba dobás pingponglabdával:

- egykezes dobás helyből,
- egy asztalon lévő edénybe kell a labdát belecélozni úgy, hogy a labda egyet pattan az asztalon,
- 10 labdából mennyi kerül az edénybe.

#### 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 versenyszámban nevezhet.
- A rendezvény ideje alatt ingyenes egészségügyi szűrővizsgálatokon való részvétel biztosított és a résztvevők kipróbálhatják a csocsó, az örömtánc és a ground golf sportágakat 10:00 órától 13:00 óráig.
- A rendezvényen a Kocsis Sándor Sportközpont dolgozói versenyzőként nem vehetnek részt.