# TANVALDSKÉ SPORTOVNÍ HRY SENIORŮ

# \\srv01\usr_ucitele\jtumova\Dokumenty\My Pictures\loga\197_219.jpg\\srv01\usr_ucitele\jtumova\Dokumenty\My Pictures\loga\logojpg.jpg\\srv01\usr_ucitele\jtumova\Dokumenty\My Pictures\loga\170130100147_m.jpg\\srv01\usr_ucitele\jtumova\Plocha\images.jpg

**Pořadatelé ze Senior klubu, ZŠ Tanvald, Sportovní a SVČ Tanvald pro vás připravili sportovní dopoledne, kde si můžete poměřit síly v 10-ti sportovních disciplínách.**

* **MÍSTO: Městský stadion v Tanvaldě**

**(mokrá varianta – hala ZŠ Tanvald, Sportovní)**

* **TERMÍN: pátek 17. května 2019, 10:00 hod.**
* **KATEGORIE:** **- tým nad 60 let a tým nad 70let,   
   smíšené týmy, 8 členů v týmu,**

**každý účastník soutěží v každé disciplíně**

* **ednotlivec nad 60 let a jednotlivec nad 70 let**

**každý účastník soutěží v každé disciplíně**

* **DISCIPLÍNY: 10, u mokré varianty 7**

1. **ŠIPKY** – hod 5 šipkami do terče na vzdálenost 3 m
2. **UPRAVENÝ PETANG** – hod 3 koulemi na cílovou čáru na vzdálenost 5 m
3. **BOLLOBALL** – hod 3 páry svázaných míčků na vzdálenost 4 m
4. **BĚH** – běh na čas ženy 40 m, muži 70 m
5. **GRANÁT** – hod 3 granáty na cíl ve vzdálenosti ženy 8 m, muži 12 m
6. **RAKETA** – běh s míčkem na tenisové raketě na čas na vzdálenost 2 x 12 m
7. **KROUŽKY** – hod 3 kroužky na vzdálenost 3 m na kužel (tyč)
8. **KOLEČKO** – převoz břemen na kolečku na čas na vzdálenost 2 x 12 m
9. **HOKEJ** – střelba florbal. holí 5 florbalovými míčky do malé branky na vzdálenost 8 m
10. **GOLF – SNAG –** střelba golfovou holí 5 míčky na terč ve vzdálenosti 5 m

* **PŘIHLÁŠKY: do 15. 5. na infocentrum paní Vlaďce Koďouskové nebo**

**elektronicky na e-mail:** [**vkodouskova@tanvald.cz**](mailto:vkodouskova@tanvald.cz)

* **STARTOVNÉ:** **500,- kč/ družstvo, 60,- kč/ jednotlivec, náklady na stravování**

**hradí pořadatel (pitný režim a oběd ve Scolarestu)**

* **každý závodník se účastní sportovních her seniorů na vlastní nebezpečí**
* **kartičku zdravotní pojišťovny**
* **v případě nepříznivého počasí vhodnou obuv do tělocvičny**

**Přijďte si zasportovat, těšíme se na Vás.**

**HODNOCENÍ DISCIPLIN**

* **ŠIPKY –** součet bodů z 5 hodů na terč na vzdálenost 3 m
* **UPRAVENÝ PETANG-** součet vzdáleností (v cm) jednotlivých 3 koulí od kolmice spuštěné na cílovou čáru ve vzdálenosti 5 m
* **HOKEJ –** střelba 5 míčky do malé branky na vzdálenost 8 m, 1 gól = 1 bod
* **KROUŽKY** – 3 pokusy na vzdálenost 3 m, trefa = 1 bod
* **KOLEČKO-** měří se čas (v sekundách), za který závodník projede s břemenem stanovenou trať
* **GOLF-SNAG**  - střelba golfovou holí 5 míčky na terč ve vzdálenosti 5m, , trefa = 1 bod
* **RAKETA**  - měří se čas (v sekundách), za který s míčkem na tenisové raketě uběhne vzdálenost 2 x 12 m
* **BOLLOBALL**  - hod 3 páry svázaných tenisových míčků na vzdálenost 4 m – pokus je úspěšný, pokud dojde alespoň k jednomu obkroužení o 360 stupňů
* **BĚH -**  měří se čas v sekundách
* **GRANÁT –** hodnotí se místo prvního dopadu granátu – 3 pokusy – do vymezeného prostoru ( ne kde se zastaví)
* **KOŠÍKOVÁ – platí pouze pro mokrou variantu –**  3 pokusy ve střelbě na koš ze vzdálenosti 4m
* **Při rovnosti bodů, časů a vzdálenosti platí, že vyhrává věkově nejstarší (napříč všemi věkovými kategoriemi)**