

Doplněné a opravené
PROPOZICE
OSTRAVSKÁ VÁNOČKA 2024
(seniorský víceboj)

I.

Organizátor

Krajské koordinační centrum Moravskoslezského kraje spolku SENIORS, z.s. ve spolupráci s okresními organizačními centry kraje.

II.

Ředitel soutěže

Milan Fabián.

III.

Rozhodčí, techničtí pracovníci a pořadatelé

Budou jmenováni organizátorem soutěže z řad členů mateřského spolku a spolupracujících sportovních, společenských a seniorských organizací.

IV.

Termín a místo konání

17. prosince 2024 – sportovní hala TJ Ostrava, Varenská ulice, Moravská Ostrava.

V.

Forma provedení

Soutěže jednotlivců.

VI.

Časové schéma

Příprava sportovišť :	8,00 – 9,55 hodin
Prezence soutěžících :	8,30 – 9,00 hodin
Seznámení soutěžících se sportovišti :	9,00 – 9,45 hodin
Slavnostní zahájení :	9,45 – 9,55 hodin
Soutěže :	10,00 – 12,45 hodin
Úklid sportovišť :	12,45 – 13,00 hodin.
Oběd :	13,00 – 14,30 hodin
Vyhlášení vítězů :	14,30 – 17,00 hodin

VII.

Disciplíny

1. Kop na házenkářskou branku přes překážku (**KOPANÁ**).
Střelba volejbalovým nebo kopacím míčem (dle výběru soutěžící/ho) na házenkářskou branku přes překážku na vzdálenost 10 metrů. Provádí se **šest** soutěžních kopů v časovém limitu 90 sekund. Bodování: Součet dle míčů v brance – za jeden míč = 5 bodů.
Maximální počet bodů: 30.
2. Střelba florbalovou holí a florbalovým míčkem na branku s brankářem (**FLORBAL**).
Provádí se **šest** ran na florbalovou branku ze vzdálenosti 5 metrů v časovém limitu

90 sekund. Branka „je hájena“ maketou brankáře“ s otvory o různé hodnotě bodů (od dvou do deseti). K dispozici bude „florbalka“ s rovnou čepelí – možnost použití vlastní hole. Bodování: Do výsledku se započítávají nejúspěšnější pokusy. Maximální zisk: 30 bodů.

3. Střelba parahokejovými holemi cvičnými puký na branku s překážkou (**PARAHOKEJ**).

Střílení **šesti** cvičných puků na florbalovou branku se zábranou (30 cm vysoká překážka umístěná na zemi na brankové čáře) ze vzdálenosti 4 metrů v časovém limitu 90 sekund. Bodování: Za každý puk umístěný v brance = 5 bodů. Max. počet bodů: 30.

4. Patování disků do košů (**DISKGOLF**).

Hází se **šest** diskgolfových disků do diskgolfového koše ze vzdálenosti 5 metrů v časovém limitu 90 sekund. Bodování: za každý disk umístěný v koši = 5 bodů, za zasažení řetězů koše = 1 bod. Max. počet bodů: 30.

5. Driblink s míčem na košíkovou (**KOŠÍKOVÁ**).

Driblování míčem na košíkovou (ne oběma rukama současně) po slalomové trase cca 25 metrů dlouhé na čas. Max. počet bodů: 30.

6. Střelba z luku na terč (**LUKOSTŘELBA**).

Střílí se z duralového luku s otvorem pro zakládání kovových šípů s přísavkami na terč „geologic“, který bude umístěn na zemi **až 8 střel** v časovém limitu 90 sekund na vzdálenost 8 metrů. Přisáté šípy nebudou v průběhu střelby z terče snímány. Bodování: Dle zásahů kruhů na terči. Maximální počet bodů: 30.

7. Hod šípkami na terč (**ŠÍPKY**).

Hází se šípkami s kovovým hrotem na pistolový mezinárodní terč 50/20 ze vzdálenosti 3 metrů. Provádí se **čtyři** soutěžní hody. Bodování: Součet bodů dle zasažených kruhů terče jednotlivými šípkami. Nejhorší zásah se nezapočítává. Maximální počet bodů: 30.

8. Hod kroužky na kužel (**KROUŽKY**).

Hází se **šest** plastových „agility“ kroužků o průměru 28 cm na kužel vysoký cca 45 cm ze vzdálenosti 3 metrů. Bodování: Za každý kroužek zachycený na kuželu = 5 bodů. Maximální počet bodů: 30.

9. Hod pytlíky „s kukuřicí“ do otvoru v desce (**KUKUŘICE**).

Hází se **šesti** plátěnými pytlíky naplněnými sypkým materiálem do otvoru v šikmé desce na vzdálenost 4 metrů od spodní hrany desky v časovém limitu 90 sekund. Bodování: Za každý pytlík propadlý otvorem = 5 bodů. Maximální počet bodů: 30.

10. Hod míčkem do koše (**MÍČEK**).

Hází se **šesti** tenisovými míčky do plastového koše o průměru cca 50 cm na

vzdálenost 5 metrů v časovém limitu 90 sekund. Bodování: Za každý míček v koši = 5 bodů.

Maximální počet bodů: 30.

11. Běh s míčkem na tenisové raketě (**RAKETA**).

Běží se na čas s tenisovým míčkem na výpletu tenisové rakety kolem mety vzdálené od startu 12,5 metrů. Bodování: Dle dosaženého času.

Maximální počet bodů: 30.

12. Patování míčků na „jamku“ (**GOLF SNAG**).

Odehrání golf snagového míčku do „jamky“ (přísavný kužel) po trase s překážkami v časovém limitu. Bodování: Dle počtu úderů. Odehrává se maximálně 10 úderů v časovém limitu 90 sekund.

Maximální počet bodů: 30.

Pořadatel soutěže si vyhrazuje právo vyřadit některou nebo některé z uvedených disciplín z organizačně-provozních důvodů.

Všem přihlášeným bude rozeslán konečný seznam soutěžních disciplín a jejich popis.

Celkové pořadí víceboje bude stanoveno na základě součtu bodů z jednotlivých disciplín v jednotlivých kategoriích. Při rovnosti bodů soutěžících na prvních třech místech rozhodne pořadí v disciplíně KOPANÁ, případně dalších po sobě jsoucích disciplín, jak je uvedeno výše.

VIII. Kategorie

„A“ – ženy 60+ až 69+ vto

„B“ – ženy 70+ až 79+ vto

„C“ – ženy 80+ a více

„D“ – muži 60+ až 69+ vto

„E“ – muži 70+ až 79+ vto

„F“ – muži 80+ a více.

Kategorie bude hodnocena pouze v případě, že se soutěže zúčastní pět a více soutěžících v dané kategorii. V opačném případě budou soutěžící převedeni do nižší, případně vyšší věkové kategorie.

IX. Vybavení soutěžících

Doporučené : Sportovní ústroj.

Povinně : Sálková obuv (nebo naboso !!!).

Osobní průkaz totožnosti.

X. Vyhlášení a ocenění vítězů

Budou vyhlášeni a dekorováni tři nejúspěšnější sportovci v každé kategorii při splnění ustanovení článku VIII těchto propozic.

Celkové pořadí soutěže bude zveřejněno na webových stránkách
www.1.ms.seniors.cz .

XI.

Doprava a ubytování

Doprava : Do místa konání - individuální na vlastní náklady soutěžících.

O možnostech přeprav po městě budou mimoostravští soutěžící informováni při oznámení o zařazení na startovní listinu a přidělení startovního čísla.

Ubytování: Zájemci o ubytování svůj zájem oznámí v písemné (elektronické) přihlášce.

Pořadatel nabízí zabezpečení ubytování v kategoriích hotel až turistická ubytovna dle přání přihlášených účastníků soutěže do naplnění ubytovacích kapacit v Ostravě.

Ubytování si zájemci hradí vlastními finančními prostředky.

XII.

Pitný režim a stravování.

Pitný režim je pro všechny soutěžící zabezpečen v místě konání soutěže.

Oběd bude podáván v rámci vyhlášení nejúspěšnějších sportovců po předložení obědové stravenky, která bude vydána při prezenci do soutěže.

XIII.

Zdravotnické zabezpečení

Zdravotnická hlídka a lékařská služba první pomoci.

XIV.

Pojištění

Každý účastník soutěží na své pojištění a riziko.

XV.

Přihlášky a startovné

a) Přihlášky předkládejte na jednotném tiskopisu elektronicky do E-schránky ***ostravskavanocka@post.cz***

nebo poštou na adresu **OOO spolku SENIORS, z.s. = Junácká 84 = 724 00 Ostrava .**

Přihlášky budou přijímány **do naplnění startovní listiny**, nejpozději však do 30.11.2024.

b) **Startovné** ve výši **180 Kč** zašlete na účet organizátora číslo **2600911982 / 2010** nebo **8 EURO** na účet číslo **2301104742 / 2010 =**

IBAN: CZ68 2010 0000 0023 0110 4742

VS : **171224**, SS : číslo uvedené v přihlášce (doporučujeme číslo vlastního telefonu).

Startovné hradíte tak, aby příslušná částka byla na výše uvedený účet deponována nejpozději ve čtvrtek týdne navazujícího po termínu odeslání přihlášky. Poslední termín možného přípisu na účet, ve smyslu výše uvedeného, je 5.12.2024.

c) Startovné zájemců, kteří z kapacitních důvodů nebudou zapsáni do startovní listiny, bude bezodkladně vráceno v plné výši na účet, ze kterého bylo hrazeno.

XVI.

Informace k soutěži

Mobil : +420 702 873 380 = E-mail : ***ostravskavanocka@post.cz*** .

XVII. Protesty

- a) Podat protest má právo každý soutěžící.
- b) K podání protestu je stanoven poplatek ve výši **100,-Kč** nebo **5 EURO**.
- c) Protest řeší komise ředitele soutěže.
- d) V případě uznání protestu se výše uvedený poplatek vrací. V opačném případě propadá do rozpočtu akce.

XVIII. Organizační záležitosti

- a) Soutěž je koncipována a organizačně připravena pro seniory s aktivním přístupem k životu ve své věkové kategorii.
- b) Při prezenci (i v průběhu soutěže) není vyloučeno vyžádání předložení průkazu totožnosti (k ověření data narození). Tamtéž soutěžící obdrží své startovní číslo, balenou vodu a poukázku na oběd.
- c) Na sportovištích a v objektech, kde soutěže probíhají, je nutno dbát vnitřních předpisů majitele objektu, na osobní bezpečnost a dodržovat pokyny pořadatelů a rozhodčích.
- d) Soutěžící se řídí rozpisem soutěže – stanovením absolvování příslušné disciplíny ve stanoveném čase. V jiný čas nebude umožněno disciplínu absolvovat a nebudou přidělovány hodnotící body.
- e) Případnou úpravu rozpisu soutěže může provést pouze ředitel soutěže, což vyhlásí místním rozhlasovým zařízením.
- f) Při soutěži budou dodržována hygienická opatření, vyhlášena na den konání soutěže nebo na období v němž soutěž probíhá.
- g) Zápis do soutěže a prezence soutěžících bude prováděna na označeném místě v objektu, kde bude soutěž probíhat, a to pouze v čase stanoveném v článku VI propozic.
- h) Přihlášená/ý/ má možnost za sebe vyslat náhradníka, ovšem pouze do stejné kategorie. Náhradník bude startovat se startovním číslem původního soutěžícího.
- i) Soutěžící souhlasí se zpracováním osobních údajů uvedených v přihlášce, s pořizováním záběrů za účelem prezentace soutěže ve veřejném prostoru a dle požadavků partnerů. Pořadatel soutěže prohlašuje, že získané osobní údaje budou využity pouze v rámci organizace soutěže, pro informování o konání zejména sportovních akcí spolku SENIORS, z.s. a nebudou předány žádné třetí osobě.

XIX. Soutěž finančně nebo materiálně za svých rozpočtů podporují

Hlavní partner



Významní partneři

OSTRAVA!!!



Partnerské pozice jsou pro další zájemce otevřeny.