



Základní škola Smržovka pořádá
amatérský

ATLETICKÝ TROJBOJ

první ročník



čtvrtek 15. září 2022 od 15:00 atletický miniareál ZŠ Smržovka

disciplíny: 60 m, skok daleký, vrh koulí (hod medicinbalem)

kategorie: žáci/žákyně 3. až 5. třída
žáci/žákyně 6. a 7. třída
žáci/žákyně 8. a 9. třída
příchozí muži/ženy do 35 (bývalí žáci, rodiče)
příchozí muži/ženy 35+ (veteráni)

časový pořad: 15:00 start trojboje 3. až 5. třída
16:30 vystoupení roztleskávaček
16:35 vyhlášení trojboje 3. až 5. třída
16:45 start trojboje zbylé kategorie

Organizátoři Obnoveného Všesportovního plesu ve Smržovce předají během trojboje příspěvky jednotlivým sportovním oddílům mládeže.

Přihlášky na místě nejpozději před startem trojboje (15:00 a 16:45).

Vyhlašujeme první 3 v kategorii za celý trojboj.

Žáci/žákyně 3. až 5. třídy místo vrhu koulí hod medicinbalem.

Během trojboje budou k zakoupení trika s logem školy (cena 300 Kč).

Při nepříznivém počasí se akce přesouvá na náhradní termín.

Více informací v propozicích. Občerstvení zajištěno.

PROPOZICE

60 m

- závodí se ve 3 drahách
- startuje se z bloků
- při „ulitém“ startu se rozběh opakuje, závodník získá žlutou kartu, při druhém „ulitém“ startu kartu červenou (odsunut na poslední místo)
- časy se měří ručně
- startovní povely „na místa připravte se“, „pozor“, výstřel

dálka

- každý má 3 pokusy
- při 3 přešlapech se závodník posouvá na poslední místo
- kategorie 3 až 5 se odráží z kraje doskočiště

vrh koulí/medicinbal

- vrhá se v koulařském sektoru
- každý má 3 pokusy
- při 3 přešlapech se závodník posouvá na poslední místo
- vlastní náčiní není povoleno

trojboj

- vyhlašují se vždy první tři závodníci v každé vypsané kategorii
- sčítají se umístění v jednotlivých disciplínách ve své kategorii
- závodník s nejnižším součtem vyhrává trojboj
- při shodném součtu se posuzuje množství lepších umístění

Startovné dobrovolné. Zisk z prodeje školních triček a startovného bude věnován na podporu Smržovské školní olympiády.

Časový pořad může být lehce upraven. Vyhlášení hlavních kategorií proběhne po skončení trojboje.

U všech disciplín dodržujte pokyny rozhodčího. V případě nedodržení pokynů může být závodník vyloučen.

Jedná se o amatérský závod s cílem zasportovat si a pobavit se. Protesty a řeči si nechte na Zlatou tretru.