



# SPORTOVNÍ HRY<sup>®</sup> SENIORŮ

České Republiky 2017



## PROPOZICE:

Jakou formou se přihlásit na sportovní část her seniorů (na nesoutěžní, která bude probíhat během celého dne není třeba se hlásit):

- e- mailem** na info@2bfit.cz uvést : jméno a příjmení , věk, kategorii, v jakých disciplínách budu soutěžit
- poštou** odeslat vyplněnou přihlášku na adresu: Bud' Fit Seniore z.s.  
Na Hačálce 199  
251 01 Tehov u Říččan

## SOUTĚŽNÍ PRAVIDLA:

### JEDNOTLIVCI:

Kategorie muži, ženy

**A** = 60 – 64 let (1957 – 1953)

**B** = 65 – 74 let (1952 – 1943)

**C** = 75 + ( 1945 a starší)

#### 1. NORDIC WALKING

**Pravidla:** Skupinový závod na 800m. Startují zvlášť muži a ženy. V případě velkého počtu přihlášených rozdělených do skupin.

**Hodnocení:** nesmí se běžet. Měří se čas.

#### 2. SENIORSKÝ „BIATLON“

**Pravidla:** Zahajuje se vyběhnutím ke střelnici. Po úspěšném střelení všech 5 terčů laserovou pistolí ve stoje se běží vymezeným koridorem ke druhé střelbě. Pak se běží do cíle kde se čas zastaví. Celkem se poběží 100 m a střílí neomezeným počtem pokusů na 2 x 5 terčů.

**Hodnocení:** vyhrává nejrychlejší čas. Při rovnosti časů se vyhlásí semifinále a finále. Soutěží zvlášť muži a ženy po kategoriích.

#### 3. SLALOM NA ČAS

**Pravidla:** dovednostní slalom na vzdálenost 2x 25 m na čas.

**Hodnocení:** Měří se čas. Muži a ženy zvlášť po kategoriích.

### DRUŽSTVA:

Soutěž družstev bez rozdílu věku.

#### 1. PÉTANQUE

**Pravidla:** družstvo složené zvlášť z mužů či žen, nebo mix. Hraje se podle pravidel pétanque.

Za organizátora

David Huf  
BudFitSeniore.cz

Účast je na vlastní zodpovědnost každého účastníka, organizátor není zodpovědný za případné zdravotní problémy a hmotné škody vzniklé během konání akce Sportovní hry seniorů 2017 nebo bezprostředně po ní.