

Nyugat-Magyarország Területi Verseny Zala-Vas Megye

CENTEROPTIKA KUPA

Kölyök Atlétikai Pályaverseny

- 1. A verseny célja:** Versenylehetőség biztosítása a régió atlétika szakosztályaiban/iskoláiban sportoló gyermek korosztály számára. Tehetséget mutató iskoláskorú gyermekek kiválasztása az atlétikai szakosztályokba.
- 2. Ideje és helye:** **2019. október 12. (szombat) 11,00**
Zalaegerszeg, Városi Sportcentrum Vágóhíd u.
- 3. Rendezők:** Zalaszám-Zalaegerszegi Atlétikai Club
Magyar Atlétikai Szövetség
- 4. Versenybírószám:**
 - elnök: Kámán Ferenc
 - elnökh.: Bella Attila
 - titkár: Bruszik Péter
- 5. Résztvevők:** A régió szakosztályainak, iskoláinak U9 (2011) és U8 2012 és fiatalabb versenyzői. A két korosztály külön kerül értékelésre.
- 6. Nevezés: e-mailben:** zac@zalaszam.hu címre. *Határidő:* **2019. október 7.**
- 7. Költségek:**

A rendezés és a díjazás költségei a rendezőket, a részvétel költségei az egyesületeket terhelik.
- 8. Díjazás:**

A Sport XXI program keretében induló versenyzők matrica díjazásban, az 1-3 helyezettek érem díjazásban részesülnek.
- 9. Egyéb:**
 - Az öltözőben hagyott értéktárgyakért a rendezők nem tudnak felelősséget vállalni.
 - Jelentkezés egy órával az első versenyszám kezdete előtt.
 - A versenyeken minden olyan kérdésben, amiről a kiírás másként nem rendelkezik a MASZ versenyszabályai érvényesek.
 - Egy versenyző maximum 3 versenyszámban indulhat

Időrend

11.00	30m	időeleőfutam	fiú
	precíziós távolugrás		leány
	két kezes lökés előre beugrással		leány
11.15	30m	időeleőfutam	leány
11.30	precíziós távolugrás		fiú
	két kezes lökés előre beugrással		fiú
11.45	30m	döntő	fiú
11.50	30m	döntő	leány
12.00	Sípoló rakétahajítás		fiú
	Helyből hármassugrás pároslábbal		leány
12.30	Sípoló rakétahajítás		leány
	Helyből hármassugrás pároslábbal		fiú
13.00	600m-es akadályfutás		leány-fiú

Az időrend tájékoztató jellegű, nevezések után változhat.

30m-es síkfutás állórajttal – időmérés század pontosságú mérőeszközzel, az eredmény század pontossággal kerül rögzítésre, amennyiben nem kerül döntő megrendezésre. Döntő esetén a versenyszabályzat előírása a mérvadó.

Precíziós távolugrás – maximum 10m-es nekifutás, 60 cm-es ugrósáv, melynek a közepe az ugródeszka. Három kísérlet tehető. A mérés az elugrás helyétől történik, amennyiben az ugró a sávon belül rugaszkodott el. Ha az elugró sáv előtt történt az elugrás, akkor a sáv gödörtől távolabbi határától történik a mérés. Az a versenyző, aki legalább egyszer a deszkáról rugaszkodik el, maximum egy további kísérletet tehet a verseny során.

Sípoló rakétahajítás oldalterpesz állásból – A versenyző a kidobási vonal előtt áll fel oldalterpeszben, úgy, hogy a dobókézzel ellentétes láb van elől, a hajító kar a váll fölött helyezkedik el. A versenybíró ezt követően ad lehetőséget a dobás megkezdésére. A mérés legalább méteres pontossággal történik, azonos eredmény esetén a helyezések eldöntéséhez egy szétdobásra van lehetőség, melynek eredménye, csak az érintett versenyzők közötti helyezés eldöntésére szolgál.

Két kezes lökés előre beugrással (2kg-os medicin labda) - a versenyző a kidobási vonal előtt helyezkedik el oldal terpeszállásban, labda a mellkas előtt két kézzel fogva, emelt könyökkel (törzs függőleges vetületéhez képest legalább 45 fokban). Ezt követően ad engedélyt a kilökésre a versenybíró. A kilökésnél a versenyző előzetes súlypontosüllyesztés után páros lábról elrugaszkodhat a talajról és, amint a szer elhagyta a kezét érintheti a kidobási vonal mögötti területet. A mérés legalább tíz centiméteres pontossággal történik, azonos eredmény esetén a helyezések

eldöntéséhez egy szétdobásra van lehetőség, melynek eredménye, csak az érintett versenyzők közötti helyezés eldöntésére szolgál.

Helyből hármassugrás páros lábról – a versenyző az elugrási vonal mögött helyezkedik oldal terpeszállásban, majd a versenybíró engedélyére három elugrást hajt végre folyamatosan páros lábról páros lábra. A mérés cm-es pontossággal történik.

600m-es akadályfutás (2 akadály) – műanyag vagy szivacs, maximum 20 cm-es akadályok a célvonalról haladási irányba 80 és 240m-re elhelyezve (rajttól 280m-re az első, 420m-re a második akadály)