



SOKOLSKÁ ŽUPA SLOVÁCKÁ

pozdávka na župní přebor všestrannosti
ve šplhu a švihadlovém víceboji v roce 2024

Datum konání: 27. ledna 2024

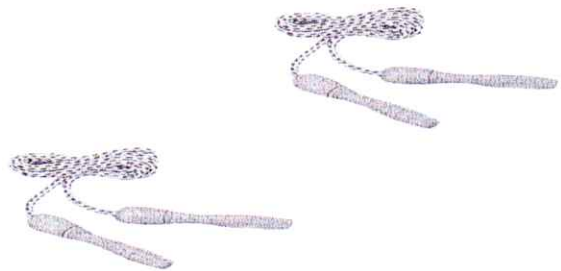
Místo konání: sokolovna Hodonín

Prezentace: 8:30 - 9:00 hodin

Zahájení: 9:00 hodin

Jízdné: na vlastní náklady

Občerstvení: vlastní



PRAVIDLA - (pro dívky i chlapce)

KATEGORIE: platí pro všechny soutěže všestrannosti v letošním roce

předškolní děti	rok narození	2018 a mladší
mladší žáci a žákyně I.	rok narození	2017 – 2015
mladší žáci a žákyně II.	rok narození	2014 – 2013
starší žáci a žákyně III.	rok narození	2012 – 2011
starší žáci a žákyně IV.	rok narození	2010 – 2009
dorostenci a dorostenky	rok narození	2008 – 2006
ženy		2005

Cvičenec může závodit **za starší věkovou kategorií**. V tomto případě musí však absolvovat všechna kola ve všech odvětvích v jedné věkové kategorii.

V žádném případě nesmí cvičenec závodit v nižší věkové kategorii.

Šplh:

ml. žákyně I.	tyč 3 m s přírazem
ml. žákyně II	tyč 4,5 m s přírazem
starší žákyně III. a IV.	tyč 4,5 m s přírazem
dorostenky	– 0 –
ml. žáci I.	tyč 3 m s přírazem
ml. žáci II.	tyč 4,5 m s přírazem
starší žáci III. a IV.	lano 4,5 m s přírazem
dorostenci	lano 4,5 m start ze sedu bez přírazu

Švihadla: (přinést s sebou)

1) slalom: kolem kuželek libovolný styl – **na čas**

(Při jakémkoliv přerušení musí soutěžící sám postavit kuželku na původní místo a pokračovat. Délka dráhy tam i zpět 10 m, 5 překážek.)

2) povinné skoky: 5x přeskok střídnonož

5x snožmo

5x levá noha

5x pravá noha

5x přeskok s překřížením paží (vajíčko) plynule po sobě

Bodování: za každý správný přeskok 1 bod (maximálně **25 bodů**)

3) 1x přeskok snožmo s dvojšvihem: švihadlo se točí 2x kolem celé postavy – **5 bodů**

4) vytrvalost – maratón: libovolný styl na čas – vylučovací metoda

Při stejném počtu bodů – rozstřel (1 minutu vajíčka)

Ondřej Miškar v. r.
župní náčelník



Radmila Dvořáčková v. r.
župní náčelnice

Akce je konaná za finanční podpory ČOS a Jihomoravského kraje.