



Halové oddílové závody atletické přípravy a minipřípravy
Atletika Stará Boleslav
(uzavřený závod)

Pořadatel:

Technicky zajišťuje atletický klub/oddíl Atletika Stará Boleslav, z.s.

Datum:

Sobota 25.2.2023

Místo:

Běžecký tunel na atletickém stadionu Houška Stará Boleslav

Vyhlašované kategorie:

Hodnocení probíhá v 8 kategoriích:

Atletická příprava (od 8:45 do 10:15h):	chlapci 2012	dívky 2012
	chlapci 2013	dívky 2013
Atletická minipříprava (od 10:45 - 12:15h):	chlapci 2014	dívky 2014
	chlapci 2015	dívky 2015

Disciplíny:

50m překážkový běh (4 nízké dětské překážky)
skok daleký (měřeno od místa odrazu)
hod medicinbalem (1kg) - přes hlavu vpřed (aut)
švihadlo - 1 minuta snožmo

Všechny děti závodí ve všech 4 vypsáních disciplínách.

Vítězem se stává atlet s nejnižším součtem pořadí v jednotlivých disciplínách celého čtyřboje. V případě stejného součtu rozhoduje výsledek v běhu na 50m překážek, následně dálka, hod a pak švihadlo).

Závodů se mohou účastnit pouze členové atletického oddílu Atletika Stará Boleslav z.s. Jedná se o uzavřený závod.

Přístup rodičů do běžeckého tunelu bohužel vzhledem k omezenému prostoru v době konání závodů nebude možný. Na vyhlášení vítězů jsou rodiče vítáni, jen prosíme o přezutí.

Přihlášky:

Přihlášky vyplňují přímo rodiče na webu oddílu www.houstka.com/atleticka-pripravka/. **Přihlašování je možné do středy 22.2.2023 nebo do naplnění kapacity.** Kapacita jednotlivých kategorií je omezena na 12 dětí ve skupině. Následně budeme evidovat náhradníky. Případné dotazy směřujte na mail: lucie.trnova@seznam.cz.

Časový pořad:

8:30 - 8:45 prezentace dětí ročníku 2012 a 2013, rozdělení do skupin, rozcvičení

Kategorie	9:00 – 9:30		9:30 – 10:00	
Dívky 2012	50m překážkový běh	skok daleký	hod medicinbalem	švihadlo
Chlapci 2012	skok daleký	50m překážkový běh	švihadlo	hod medicinbalem
Dívky 2013	hod medicinbalem	švihadlo	50m překážkový běh	skok daleký
Chlapci 2013	švihadlo	hod medicinbalem	skok daleký	50m překážkový běh

10:15 vyhlášení vítězů

10:30 - 10:45 prezentace dětí ročníku 2014 a 2015, rozdělení do skupin, rozcvičení

Kategorie	11:00 – 11:30		11:30 – 12:00	
Dívky 2014	50m překážkový běh	skok daleký	hod medicinbalem	švihadlo
Chlapci 2014	skok daleký	50m překážkový běh	švihadlo	hod medicinbalem
Dívky 2015	hod medicinbalem	švihadlo	50m překážkový běh	skok daleký
Chlapci 2015	švihadlo	hod medicinbalem	skok daleký	50m překážkový běh

12:15 vyhlášení vítězů

Každá skupina dětí je vedena příslušným trenérem a společně prochází jednotlivé disciplíny. Ve skoku dalekém jsou 2 pokusy a v hodu medicinbalem jsou 3 pokusy. Změna časového pořadu vyhrazena.