



PROPOZICE

Na SENIORSKÝ PĚTIBOJ PLZEŇSKÉHO KRAJE
konaný dne 21. června 2025 od 9:30 hodin
Školní stadion gymnázia Domažlice

Název: SENIORSKÝ PĚTIBOJ PLZEŇSKÉHO KRAJE

Datum: 21. 6. 2025 od 9:30 hodin

Místo: Školní stadion gymnázia Domažlice, ulice 28. října

Pořadatel: Sportovní unie okresu Domažlice a TJ Sokol Domažlice

Přihlášky: nejpozději do **15. 6. 2025, výjimečně v den konání soutěže**

- poštou či osobně: Sportovní unie okresu Domažlice, Fügnerova 647, 344 01 Domažlice
- e-mailem: suod@email.cz
- informace na telefonu 607 743 878, 603 490 580

A. Obecná ustanovení

- Sportovní hry jsou určeny **pro seniorky a seniory**, kteří v den pořádání soutěže dosáhnou věku **60 let a více**
- Naším cílem je, prostřednictvím sportovních aktivit získat a udržet dobrou kondici seniorů a zároveň se odreagovat od denních starostí.
- Vytvořit seniorům vhodné podmínky pro trávení volného času, které pomáhají rozvíjet chuť pečovat o své zdraví.
- Zájemci o soutěž (**organizace, spolky, kluby seniorů i jednotlivci**) se přihlašují prostřednictvím „**Přihlášky**“
- Soutěžit mohou senioři z okresů Plzeňského kraje (i mimo něj), **bez ohledu registrace v seniorském klubu**.
- Podáním přihlášky soutěžící souhlasí s využitím svých osobních údajů k organizačním účelům DSLS v souladu se zák. č. 110/2019 Sb.
- Soutěžící i ostatní účastníci her dbají na to, aby nedošlo k mimořádným událostem, které by mohly ovlivnit zdraví nebo majetek zúčastněných osob. Účastníci her nepřeceňují své síly a přizpůsobují vynaložené úsilí svému zdravotnímu stavu a reálným možnostem. Organizátoři nenesou odpovědnost za případné škody vzniklé na zdraví nebo majetku účastníků her.
- Pořadatelem je zajištěn zdravotnický dozor.
- **Soutěžící absolvují všechny disciplíny. Sportovní zápolení bude zahájeno ve všech disciplínách současně.**
- Soutěžící mohou nastoupit ve svých klubových dresech, nebo v libovolném sportovním oblečení
- V soutěži se uplatní **ATLETICKÉ VETERÁNSKÉ KOEFICIENTY**
- Při rovnosti dosaženého počtu bodů, rozhoduje vyšší věk závodníka.
- **Organizátor soutěže zajišťuje veškeré sportovní náčiní.**
- Soutěžící jsou povinni dodržovat ustanovení těchto Propozic, pravidel hry a respektovat rozhodnutí rozhodčího skupiny.
- V případě nepříznivého počasí, budou přihlášení soutěžící včas o zrušení soutěže informováni.

B. Soutěžní kategorie: jedná se o soutěž jednotlivců žen a jednotlivců mužů ve 4 věkových kategoriích

1. (60 - 66 let) 2. (67 – 71 let) 3. (72 – 77 let) 4. (78 a více let)

C. Pravidla a hodnocení soutěžních disciplín

1. VRH KOULÍ

V této disciplíně je uplatněn hendikep:

- **ženy** vrhají koulí o váze **2kg**
- **muži** vrhají koulí o váze **3kg**

2. SKOK DO DÁLKY Z MÍSTA

- každý závodník má **3** soutěžní pokusy
- závodníkovi se započítá nejdelší pokus

3. 500m NORDICK WALKING – s holemi i bez holí,

- závodníkovi se započítá čas dosažený proběhnutím cíle.

4. HOD KRIKETOVÝM MÍČKEM NA CÍL

- každý závodník má **5** soutěžních hodů kriketovým míčkem o **váze 150 g**
- úspěšným hodem je, pokud kriketový míček dopadne do vyznačeného prostoru – **čtverec 1,5x1,5 m**
- hází se libovolným způsobem, horem nebo spodem. Za každý úspěšný hod je **5** bodů

V této disciplíně je uplatněn hendikep:

- **ženy** házejí ze vzdálenosti **10** metrů, .
- **muži** házejí ze vzdálenosti **15** metrů.

5. ČLUNKOVÝ BĚH NA 30 m

- každý závodník má **1** soutěžní pokus
- závodníkovi se započítá čas dosažený proběhnutím trasy dle plánu
- každý pokus je úspěšný, je-li dokončen **START - CÍL**

