

PROPOZICE

11. KRAJSKÉ SPORTOVNÍ HRY SENIORŮ 2025

Pořadatel: Krajská rada seniorů Moravskoslezského kraje (dále jen KRS MSK)

Hlavní partner: Moravskoslezský kraj

Významný partner: město Bohumín

Termín a místo konání: **středa 4.června 2025**

hřiště a tělocvična Základní školy Bohumín, ČSA 1026

Ředitel KSH: Ing. Pavel Gluc, předseda KRS MSK

Hlavní rozhodčí: Karel Moškoř, sportovní sekce KRS MSK

Realizační tým: Karel Moškoř, Karel Kupka, Bc. Daniel Ucháč, Mgr. Adrian Kuder, Hana Práglová

SOUTĚŽ ČTYŘČLENNÝCH TÝMŮ VE VÍCEBOJI

(podmínkou je účast minimálně dvou žen v družstvu a věk startujících nad 60 let)

MAXIMÁLNÍ POČET PŘIHLÁŠENÝCH TÝMŮ ZA JEDNU ORGANIZACI JSOU TŘI!

Disciplíny víceboje 2025:

1. **ŠIPKY:** hází se na papírový mezinárodní pistolový terč, jehož střed je umístěný ve výšce 170 cm a vzdálenosti 2,5 metry od terče. Platí i pro mokrou variantu (MV)
2. **FLORBAL:** střelba florbalovou holí a florbalovým míčkem do branky na vzdálenost 8 m
3. **SNACK GOLF:** úder míčku golf.holí a přilepení míčku na vodorovný terč ve vzdálenosti 5 metrů (MV)
4. **BOLLO BALL:** umístění bolasa na trojžerď ve vzdálenosti 4 metry (MV)
5. **BASKETBAL:** hod basketbalovým míčem na koš ve vzdálenosti 4 m pro ženy, 5 m pro muže (MV)
6. **UPRAVENÝ PETANG:** umístění petangové koule do rovnoramenného trojúhelníku 3x3metrů, základna začíná na 5 metrech, špička končí na metě 8 metrů
7. **TENIS:** trasa běhu pro muže okolo kužele činí 2x12,5 metrů, ženy běží 2x10 metrů
8. **MÍČEK:** hod tenisového míčku na vzdálenost 5 m do čtverců 30x30cm, 75x75cm a 140x140cm
9. **KROUŽKY:** gumový kroužek o průměru 15 cm hodem umístit na tyč ve vzdálenosti 3 m (MV)
10. **CORN HOLE:** plátěný pytlík naplněný kukuřicí vhodit do otvoru v desce na vzdálenost 5 metrů (MV)

Ve všech disciplínách (kromě běhu) mají soutěžící **čtyři pokusy, do výsledků se započítávají tři nejlepší.** Ženy budou mít tzv. metrové handicap u basketbalu a v běhu s míčkem.

Některé disciplíny se uskuteční v tělocvičně, převážná část z nich na hřišti u ZŠ (tartan a tráva).

UPOZORNĚNÍ: Pro plnění sportovních disciplín ve sportovní hale **je nutno mít s sebou vhodnou sportovní obuv na přezutí, případně sportovat uvnitř bez obuvi!** Pořadatel doporučuje vhodné oblečení v případě nepříznivého počasí a pokrývku hlavy v případě pobytu na slunci.

Bodování: Do celkového výsledku družstva se hodnotí dosažené výkony všech členů týmu z vyhlášených disciplín. Bodování je stanoveno podle bodovacího systému, který obdrží přihlášené družstva v předstihu s dalšími důležitými pokyny souvisejícími se soutěží (pravidla a popisky jednotlivých disciplín). Každé družstvo bude mít svou startovní kartičku s určením rotačního pořadí k absolvování disciplín. Do kartičky jim zapisují rozhodčí na stanovištích dosažené výsledky. Kontrolu si provádí při absolvování disciplíny kapitán/ka družstva. Může bez prodlení uplatnit případnou reklamaci za nesprávně zaznamenaný výkon sdělením hlavnímu rozhodčímu her.

Vyhlášení výsledků:

Pořadatel vyhodnotí tři nejlepší družstva ve víceboji podle získaných bodů. Rovněž budou vyhlášena nejlepší družstva ve všech uspořádaných disciplínách. V případě rovnosti bodů v celkovém pořadí víceboje družstev nebo v disciplíně rozhoduje o vítězi věkově starší tým.

Občerstvení: zajišťuje pořadatel a MěÚ Bohumín

Zdravotnické zabezpečení: zajišťuje pořadatel

Pojištění: Každý účastník soutěží na své pojištění a vlastní riziko.

Doprava: Svozovými autobusy pořadatele do místa konání her ze vzdálenějších míst Moravskoslezského kraje. Pro účastníky z blízkého okolí se nebude plánovat hromadný svoz, mohou přijet do místa konání individuálně vlakem, autobusem, automobily. Parkování osobních vozidel možné poblíž školy. Přihlášeným účastníkům bude včas sdělen harmonogram dopravy do místa konání her.

Hlavním cílem konání sportovních her seniorů je zapojení seniorů do pohybových aktivit s dlouhodobým cílem zvyšování věku dožití ve zdraví a prohloubení přirozených vztahů mezi seniory kraje, eliminovat vznik pocitů osamění, sociálního vyloučení a zdravotních obtíží.

Přihlášky družstev do 30.dubna 2025

Přihlášky: Na jednotném tiskopise elektronicky nebo poštou do **30.4.2025**. Vzor tiskopisu je součástí těchto propozic (viz příloha). **Termín nutno dodržet v návaznosti na objednání přepravy a občerstvení!**

E-mail: aktivity-krs@ms-seniors.cz

Adresa: Krajská rada seniorů Moravskoslezského kraje, U Tiskárny 1, 70200 Ostrava

Startovné: **1.000,- Kč** za družstvo (4 osoby). Ekonomická situace nás donutila mírně zvednou částku na úhradu startovného oproti minulému období (schváleno KR na jednání 13.3.2025).

Úhrada startovného:

bankovní účet: **2703125327/2010**, VS:04062025, SS: tel.číslo účastníka (bez předvolby státu),
platbu zaslat nejpozději **do 30.4.2025 !!**

Předběžný časový harmonogram her:

07,15 - 08,30	příprava sportoviště, pracovišť, organizační zajištění
08,45 - 09,45	příjezd a registrace účastníků
10,30 - 10,20	slavnostní zahájení KSH 2025 v areálu ZŠ v Bohumíně
10,30 - 13,30	průběh soutěží na sportovištích
13,30 - 15,00	po skončení soutěží možná individuální prohlídka města před vyhlášením výsledků
15,00	předpokládané vyhlášení výsledků s předáním cen
do 16,00	ukončení her a odjezd účastníků

za realizační tým: Pavel Gluc a Karel Moškoř



Projekt je podpořen z dotačního programu Podpora veřejně účelných aktivit seniorských a proseniorských organizaací s celostátní působností.

Příloha: 1x přihláška družstev na KSH