

KRAJSKÉ SPORTOVNÍ HRY SENIORŮ

20. 5. 2026
Nový Bor

*Motto:
Pohyb spojuje generace!*



Disciplíny

- BOLLOBALL** – hod 3 páry svázaných míčků do konstrukce na vzdálenost 3 m, horní příčka 3 body, prostřední 2 body, dolní 1 bod
- ŠÍPKY** – hod 5 šípkami do terče na vzdálenost 2,4 m. Za platný se počítá hod, kdy šípka zůstane v terči po hodu, hodnota bodu je daná bodovým ohodnocením mezikruží 1 – 10 bodů
- HOD BASKETBALOVÝM MÍČEM NA KOŠ** ze vzdálenosti 5 m, každý člen družstva má 5 soutěžních hodů
- FLORBAL** – střelba florbalovou holí 5 míčky do malé branky na vzdálenost 5 m
- CHŮZE NORDIC WALKING** – chůze na čas, vzdálenost 800 m, družstvo startuje jednotně a spolu, je nutné dodržet techniku chůze, hodnotí se čas posledního v cíli. Čas pod 8.30 min. – 30 bodů, kterých může dosáhnout i více družstev, pod 9 min. – 28 bodů, pod 9.30 min. – 24 bodů, pod 10 min. – 20 bodů, pod 10.30 min. – 15 bodů, pod 11 min. – 10 bodů, pod 11.30 min. – 5 bodů
Vezměte si s sebou své nordic walking hole.
- DISC GOLF (FRISBEE)** – hody diskem do cílového koše ve vzdálenosti 50 m
- SNAG GOLF** – odpálení míčku golfovou holí na terč ve vzdálenosti 20 m
- HOD KRIKETOVÝM MÍČKEM** – hod na kruhový cíl o průměru 1,5 m ze vzdálenosti 10 m/ženy a 15 m/muži
- PETANGUE** – 5 hodů do vymezeného prostoru ze vzdálenosti 8 m
- LUKOSTŘELBA** – 5 střel ze vzdálenosti 5 m

Bodování

- Nejvyšší součet bodového ohodnocení družstva je 30 bodů, každý další tým získává o 2 body méně.
- Všichni členové družstva absolvují všechny disciplíny, v případě indispozice některého člena družstva může nastoupit kapitán družstva. Toto platí u všech disciplín. Jiné doplnění NENÍ dovoleno.
- Každý závodník se účastní sportovních her seniorů na vlastní nebezpečí.
- V případě nepříznivého počasí, prosím, přineste obuv do sportovní haly.
- Při rovnosti bodů zvítězí družstvo, které má vyšší součet v lukostřelbě, případně v šípkách.

Propozice

Termín: 9.00–9.30 hod. prezentace, 10.00 hod. slavnostní zahájení, cca 13.00 hod. vyhlášení a závěr

Místo: areál ZŠ U Lesa (při nepřízni počasí v tělocvičně ZŠ U Lesa – nutná halová obuv)

Soutěžní družstva: 6členné týmy nad 60 let bez rozdílu pohlaví! Do celostátního kola postupuje 1 vítězný tým ve složení 3 muži + 3 ženy!

Disciplíny: 10, u mokré varianty 7 (obuv do haly nutná)

Přihlášky: do 20. dubna 2026 elektronicky na e-mail: krs-lk@seznam.cz, Miroslava Palečková, tel.: 607 173 019

Startovné: 100 Kč/osoba, náklady na stravování hradí pořadatel, pitný režim zajištěn (oběd v jídelně ZŠ)