

Vánoční víceboj přípravek "rodič - dítě"

Pořadatel

Technicky zajišťuje atletický klub/oddíl Atletický klub Prostějov, z. s.

Datum

18.12.2025

Místo

Prostějov (sídliště Svobody 3578/79)

Vedoucí činovníci

Ředitel závodu	Pavel Vaňák
Hlavní rozhodčí	Lucie Navrátilová
Výsledky zpracoval	Michal Esterka

Startují

Mix	1926-2024
-----	-----------

Soutěže

Mix	frekvenční žebříček, překážkový běh, dálka z místa, přeskoky stranou, hod medicinbalem, hod pěnovým oštěpem, překážková štafeta
-----	---

Technická ustanovení

Soutěží se podle pravidel atletiky, pokud jinak neupravuje soutěžní řád a pořadatel závodu.

Měřicí zařízení

Použití certifikovaných zařízení pro měření:

Cílová kamera:	NE
Větroměr běhy:	NE
Větroměr dálka:	NE
Čipová technologie certifikovaná ČAS:	NE

Přihlášky

Na místě v den závodu.

Časový pořad

čtvrtek, 18.12.2025

Čas	Disciplíny
17:00	frekvenční žebříček Mix
17:15	překážkový běh Mix
17:30	dálka z místa Mix
17:45	přeskoky stranou Mix
18:00	hod medicinbalem Mix
18:15	hod pěnovým oštěpem Mix
18:30	překážková štafeta Mix

Další informace

Víceboj: Sedmiboj poskládaný z disciplín KID'S ATHLETICS (dálka z místa, přeskoky stranou na čas, frekvenční žebříček, překážky, hod oštěpem, hod medicinbalem (1kg děti, 2kg rodiče), překážková štafeta. Ve dvojici si zvolíte každý tři libovolné disciplíny tak, abyste obsadili celý víceboj, závěrečnou překážkovou štafetu poběžíte každý jeden úsek.

Bodování: bodování 1., 2., 3., atd podle umístění v disciplíně jsou zajištěny v budově haly. Šatny: Slouží jen k převlečení, za ztráty pořadatel neručí.

Č A S O V Ý P O Ř A D 16:00 prezentace, rozcvičení • frekvenční žebříček (1 pokus) • dálka z místa (3 pokusy) • hod oštěpem (3 pokusy) • běh přes překážky (1 pokus) • přeskoky stranou na čas (1 pokus) • hod medicinbalem (3 pokusy) • štafetová překážková dráha (1 pokus)