

Košice 21.10.2022

R O Z P I S

VELKÁ CENA KOŠÍC 2022 v skokoch na trampolíne a tréningový kemp

Usporiadateľ: Trampolíny Košice, o. z.

Dátum a miesto konania: 12.11. – 13.11.2022
Základná škola Mateja Lechkého
Jána Pavla II. 1
Košice

Riaditeľ/ka preteku: Miroslav Parnai

Termín prihlášok: predbežné prihlášky do 26.10.2022 poslať na email miroparnai@gmail.com a mirapatrman@gmail.com Do prihlášky uveďte meno, priezvisko, dátum narodenia, súťažnú kategóriu.

Definitívnu prihlášku poslať do 6.11.2022

Uveďte aj trénerov, funkcionárov a rozhodcov.

Prosím každý oddiel o poskytnutie rozhodcu.

Súťaž bude spojená s tréningovým kempom.

Technické ustanovenia: Súťaž sa organizuje podľa súťažných predpisov pre súťaže v skokoch na trampolíne pre rok 2022 s výnimkami: nie je hodnotená ToF a HD

Kategórie: jednotlivci ženy a muži v zostavách **L0, R1, R2, R3, D1, D2, C12, ženy B, muži B**

Náradie: 2 trampolíny Eurotramp s plachtami 4x4 mm

Súťažné karty: odovzdať pri registrácii (pre kategórie D1, D2, ženy B a muži B)

Štartovné: 10 euro

Náklady: hradí vysielacia zložka.

Ubytovanie: bude zaistené v Cena do 25,- euro (cena a miesto bude upresnené do 27.10.)

Stravovanie: Stravovanie nebude zaistené.

Predbežný časový rozvrh:

sobota	09.00 – 09.30	prezentácia
	09.30 – 10.00	otvorenie + rozcvička
	10.00 – 11.30	I. Blok 1.skupina zem (prípravné cvičenia na zemi) + 2.skupina trampolína (technika – odraz, zraková kontrola, dýchanie, poloha v salte, rozkopnutie salta)
	11.30	desiata
	11.45 – 13.15	II. Blok 1.skupina trampolína + 2.skupina zem
	13.30	obed
	15.30 – 16.30	III. Blok (tréning pre súťaž)
	17.00 – 19.00	IV blok - súťaž

Nedeľa		
09.00 – 09.30		rozcvička
11.00	09.30 – 11.00	V. blok 1.skupina trampolína + 2.skupina zem desiata
	11.15 – 12.45	VI. Blok 1.skupina zem + 2.skupina trampolína
	13.00 – 13.30	záverečné pretiahnutie
	13.30	spoločné zhodnotenie
	14.00	Odjazdy

Časový rozvrh a tréningy budú upresnené podľa počtu prihlásených súťažiacich.

riaditeľ

Miro Parnai