



Põlvamaa koolinoorte sisekergejõustiku MITMEVÕISTLUS

- * Suurendada noorte huvi ja tahet tegeleda üldkehalise võimekuse arendamisega ja motiveerida neid iseseisvalt harjutama kiiruse, jõu ja vastupidavuse omandamisel-arendamisel.
- * Pakkuda noortele head võimalust võistelda ja panna ennast proovile erinevatel aladel.

Vanuseklassid:

- * U10 – 2016 ja 2017 aastal sündinud tüdrukud ja poisid
- * U12 – 2014 ja 2015 aastal sündinud tüdrukud ja poisid

Mesikäpa Hallis 09. aprillil 2025 a. algusega kell 11.00

Kavas:

- * 35 m jooks
 - * 30 m tõkkejooks (esimene tõke 6 m, tõkkevahe 6 m, tõkkekõrgus 50 cm)
- Kõikidel jooksudel püstistart!
- * Vortex noolevise U12 vanuseklassi tüdrukutele ja poistele
 - * Tennispallivise U10 vanuseklassi tüdrukutele ja poistele
 - * Ringi jooks (ringi pikkus ca 80-90 m), U10 vkl. - 2 ringi, U12 vkl. - 3 ringi.
 - * Topispalli vise ette (1 kg topispall)

Osalejate nimeline registreerimine teha hiljemalt 8. aprilli 2025 keskpäevaks
e-posti aadressil polvasport@gmail.com Muudatused kohapeal

peakohtunik Toomas Kivend, tel 51 11549

Paremuse selgitamine:

- * iga ala paremus selgitatakse vastavalt saavutatud tulemusele.
- Iga ala I koht annab 25 punkti, II koht 23 punkti, III koht 21 punkti, 4. koht 20 punkti, jne.
- *vanuseklasside paremus selgub kõigi alade kohapunktide liitmise tulemusena (võrdsete punktide korral selgitatakse paremus kõikide alade parimate kohtade võrdluse teel).

Tunnustame:

- * iga vanuseklassi iga harjutuse kolme tublimat tüdrukut ja poissi maiusega;
- * iga vanuseklassi üldise paremusjärjestuse kolme tublimat medali ja diplomiga.

Oma tervisliku seisukorra eest vastutab iga võistleja ise. Kui tunned ennast tõbisena (nohu, köha, palavik), siis jää koju!

Registreerimisega üritusele aktsepteerib osavõtja käesolevat juhendit ja annab nõusoleku avaldada enda tulemuse võistlusprotokollis, lubab kasutada endast ürituse ajal tehtud fotosid ja filmimaterjali ürituse propageerimiseks.

Kõik käesoleva juhendiga määratlemata küsimused lahendab peakohtunik koos õpetajatega.

PÕLVA MAAKONNA SPORDILIIT

