PŘIZPŮSOBENÉ SPORTY - RSO

Ředitel soutěží: Romana Škorvánková

Obecná ustanovení

1. Datum soutěže: 10. 5. 2018
2. Místo soutěží: Brno, Sportovní areál VUT pod Palackého vrchem (SA PPV), Technická 14
3. Hlavní činovníci soutěží - ředitelka: Romana Škovránková
   Supervize: Jakub Válek
   Ostatní budou doplněni po datu ukončení přihlášek.
4. Podmínky účasti (dle podmínek v obecné části propozic):

- 1. Pro účast v soutěžích přizpůsobených sportů platí vymezení daná pravidly ČHSO, obsažená v druhé části propozic – disciplíny.
- 2. Maximální počet startujících závodníků v přizpůsobených sportech z jednoho klubu je 20, avšak do kapacity celkového počtu 20 osob na delegaci.
- 3. Soutěže jsou vhodné pro sportovce s vícečetnými vadami a pro sportovce, užívající vozík.

5. Závodník je povinen nosit v průběhu soutěže startovní číslo. Startovní čísla budou vydávána při prezentaci – 20 min. před startem první disciplíny víceboje.
6. V průběhu soutěží není povolen přístup na plochu žádným doprovázejícím osobám. Závodník zvládá disciplínu samostatně, pod kontrolou asistenta. Rozcvičování je součástí instrukce.

Technická ustanovení:

1. Je pouze jedna kategorie, ve které závodí všichni přihlášení, ovšem rozdělení do finálových skupin dle kritéria věku, pohlaví (flexibilně na základě počtu a skladby přihlášených).
2. Soutěží se v šestiboji jednotlivců. Ukázkově v soutěži družstev.
3. Časový pořad bude upřesněn po uzávěrce přihlášek.
4. U soutěží se nehodnotí čas, vzdálenost či body, ale samostatné provedení disciplíny.
5. Závodníci, absolvující samostatně víceboj, budou oceněni medailí přizpůsobených sportů bez ohledu na umístění.

DISCIPLÍNY

Soutěže jednotlivců (disciplíny jsou zkombinovány do víceboje).

1. Slalom (s větším míčem)

Jednosměrný běh (chůze) po dráze 20m mezi vyznačenými kužely (počet 7) nebo plastovými slalomovými tyčemi. Varianta slalomu i s míčem v rukách nebo vedení míče u těla.

Varianta pro JEZDCE: je možno snížit počet kuželů.

2. Kop míče na branku

Sportovec kope fotbalový míč do branky od vyznačené čáry, má povoleny 3 pokusy.

Varianta pro JEZDCE: hod míčem z vozíku, ze sedu na židli.

3. Kuželky

Sestava 9 plastových kuželek v takovém rozestupu od sebe, aby se při pádu dotýkaly. Posílání na kuželky basketbalovým míčem. Stoj na odhodové čáře, vzdálenost 4 m, 3 pokusy. Sražené kuželky je možné sčítat. V případě sražení všech 9 kuželek prvním či druhým pokusem, se sestava staví znovu.
Varianta pro JEZDCE: z vozíku, ze sedu na židli.

4. Překážková dráha

Dráha 25 m s přeskakováním, přelézáním nebo překračováním. Dráha sestavena z kuželů, nízkých překážek, obručí apod.
Varianta pro JEZDCE: místo přeskakování či přelézání – objetí dané překážky.

5. Hod balonem na cíl – vytýčené území

Sportovec hází barevným gumovým míčem ze stoje od odhodové čáry, povoleno 5 pokusů. Odhodová čára ve vzdálenosti 3 m od cíle.
Varianta pro JEZDCE: z vozíku, ze sedu na židli.

6. Skok do dálky z místa

Ze stoje snožmo od odrazové čáry, bez přešlapu. Pro doskok – měkká podložka (např. gymnastický koberec). Hodnotí se poslední stopa jakékoliv části těla po dopadu. Sportovec má 3 pokusy, ocení se nejlepší pokus.
Varianta pro JEZDCE: hodnotí se vzdálenost, kterou jezdec na vozíku urazí na jeden záběr z klidového postavení