

XIV. SZÉPKORÚAK SPORTFESZTIVÁLJA

VERSENYKIÍRÁS

1. Helyszín: Budapest, XI. kerület Bikás Park (Újbuda Sportcentrum)

2. Időpont: 2023. június 7. (szerda) 10:00 órától – 15:00 óráig

3. Rendező: Magyar Szabadidősport Szövetség
1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3.
telefon: 06-1/460-6815,
email: info@masport.hu
www.masport.hu

4. A sportfesztivál résztvevői:

Bármely nyugdíjas igazolvánnyal rendelkező, azaz nyugdíjas magyar állampolgár. A résztvevők együtt versenyeznek, majd teljesítményük az eredményszámításnál az alábbi kategóriákban kerül értékelésre:

NŐK

- 60 év alattiak
- 61 és 65 év közöttiek
- 66 és 70 év közöttiek
- 71 és 75 év közöttiek
- 76 és 80 év közöttiek
- 80 éves kortól

FÉRFIAK

- 60 év alattiak
- 61 és 65 év közöttiek
- 66 és 70 év közöttiek
- 71 és 75 év közöttiek
- 76 és 80 év közöttiek
- 80 éves kortól

5. A sportnap programja:

9:00 – 10:00	Csapatok érkezése
	Egyéni résztvevők jelentkezése folyamatosan
10:00 – 10:15	Megnyitó
10:15 – 14:30	Sportprogramok, egészségügyi szűrések
14:35 – 15:00	Eredményhirdetés

Versenyszámok

Egyéni, párosok vagy csoportos 1 játszmás mérkőzések

- Asztalitenisz
- Gyepeteke
- Mini ping-pong

pontszám: részvételért: 1 pont/fő

- Zsinórlabda
- Bocsa
- Squap játék

győztes mérkőzésért: + 2 pont/fő

- Tollaslabda
- Petanque

Célzó és dobó játékok

- Célbarúgás focilabdával
- Célbadobás teniszlabdával
- Darts
- Céltollas

pontszám: részvételért: 1 pont

- Célbarúgás rögbilabdával
- Kosárra dobás
- Lengőteke
- Íjászat

elért eredménytől függően: + 1-2 pont

- Célbadobás karikába
- Célbadobós frizbi
- Pelota

Ügyességi feladatok

- Gólyaláb
- Egyensúlyozó akadálypálya
- Flíngó

pontszám: részvétel: 1 pont

- Dekázás
- Hullahopp
- Tájékozódási séta

elért eredménytől függően: + 1-2 pont

- Óriás sítalp
- Kerékpár ügyességi

Ütős játékok

- Fakanalas célba ütő
- Juggle racket

pontszám: részvétel: 1 pont

- Forgótenisz
- Tenyérlabda

- Strandjáték
- Mediball

Népi sorjátékok

pontszám: részvétel: 2 pont

Csoportos órák

- Tánc
- Egyensúly percek
- Fit-ball
- Gerinctorna
- Nordic walking
- Thai chi
- 3-1-2 meridián torna

pontszám: részvétel: 3 pont

Egyéb

- Szellemi játékok
- Vívás
- Gördülő játékok

pontszám: részvétel: 2 pont

6. Helyezések eldöntése:

Az egyes programokon való részvételért a résztvevők a fentiek szerint pontot, vagy pontokat (pecsétet) kapnak. (A rendezők a pecsétfüzet számozott kockáiba pecsételnek.) Az összegyűjtött pontok szerint történik a díjazás. Kizárólag a rubrikába nyomott pecsétetek számítanak be a versenybe. Akinek betelik a pecsétfüzete, újat igényelhet a versenyirodánál. (A pontverseny értékelésnél csak a versenyiroda által hitelesített, egybefűzött pecsétfüzeteket vesszük figyelembe.) Kategórián belüli holtverseny esetén az idősebb résztvevő végez előbb.

A részletes pontérték táblázat a versenyirodánál lesz kifüggesztve.

7. Nevezés:

Előnevezés: 2023. május 31-ig

a <https://masport.hu/kiemelt-rendezyenyek/szepakoruak-sportfesztivalja/> oldalon az előnevezési lap elektronikus beküldésével.

Egyénileg a helyszínen is: 9:00-tól folyamatosan a versenyirodában.

A részvétel az egyes sportágak helyszínein, a jelentkezés sorrendjében zajlik.

Nevezési díj nincs!

8. Díjazás:

Kategóriánként és nemenként az I-III. helyezett oklevél és tárgyjutalom díjazásban részesül, a többiek sorsoláson vesznek részt.

9. Költségek:

A Rendező vállalja a rendezés, valamint a díjazás költségeit.

A részvétel költségeit a résztvevők fedezik.

10. Egyebek:

A versenyben mindenki saját felelősségére vesz részt!

Díjazásban kizárólag nyugdíjas igazolvánnyal rendelkezők részesülhetnek.

Vitás esetekben a szervezőbizottság dönt.

Sorban állás esetén amennyiben egy résztvevő ismételni szeretne adott sportágban, úgy **újra sorba kell állnia!**

A fesztivál **nem egyes sportágak felmenő rendszerű bajnokságát jelenti**, hanem a sportágak/mozgásformák minél szélesebb körben való kipróbálásának, megismerésének lehetőségét biztosítja.

Ajánlott viselet: kényelmes, puha talpú cipő, sportcipő, laza, egyetlen testrészt sem szorító ruházat.

A rendezők a programváltoztatás jogát fenntartják!