



LIGA VYSOČINY
PŘÍPRAVEK
2023

The image features a central, detailed marble statue of a male athlete in the middle of a discus throw. The statue is highly muscular and dynamic, with its right arm extended forward holding a discus and its left arm bent. The background is a light gray field filled with a repeating pattern of smaller, semi-transparent marble busts of the same figure, creating a sense of motion and repetition. Overlaid on the lower half of the image is a bold, black, sans-serif text in all caps.

**NENÍ
DŮLEŽITÉ VYHRÁT,
ALE ZÚČASTNIT SE!**

KAS VYSOČINA

Liga Vysočiny přípravek 2023



Zpracoval: Vratislav Fišera

Řídící soutěže přípravek:

Ondřej Tomek

mobil: 732 135 590, e-mail: ondrej5-tomek@centrum.cz

Termíny závodů přípravek

sobota 6.5.	1. závod Ligy Vysočiny přípravek
neděle 21.5.	2. závod Ligy Vysočiny přípravek
neděle 18.6.	3. závod Ligy Vysočiny přípravek
neděle 17.9.	4. závod Ligy Vysočiny přípravek
sobota 30.9.	<i>Mistrovství kraje přípravek ve čtyřboji</i>

Soutěžní řád

Čl. 1

Základní ustanovení

Soutěže družstev jsou nedílnou součástí atletické závodní činnosti. Závodí se v nich podle pravidel atletiky a podle ustanovení tohoto soutěžního řádu.

Čl. 2

Řízení soutěží

Soutěž řídí předseda soutěžní komise Ondřej Tomek.

Čl. 3

Systém soutěže

- a) Soutěž je rozdělena do dvou skupin.
- b) Oddíly mohou startovat pouze v té skupině, kam byly zařazeny.
- c) V každém kole se soutěží ve čtyřboji a štafetách.

Čl. 4

Úhrada

Družstva startují na náklady klubu, oddílu či jiné složky, která je přihlásila. Pořadatel hradí náklady spojené s uspořádáním. Na úhradu těchto nákladů obdrží také dotaci z peněz, které složí přihlášená družstva jako podmínku účasti v soutěži.

Čl. 5

Podmínky účasti

- a) Soutěž je vypsána pouze pro registrované závodníky v ČAS.
- a) Oddíly přihlašují své závodníky přes web atletika.cz.
- b) Všichni závodníci musí startovat ve své věkové kategorii.

Čl. 6

Protesty, odvolání, námitky

Při podávání protestů se postupuje podle Pravidel atletiky. Případné odvolání proti rozhodnutí vrchníka disciplíny podává písemně vedoucí družstva do rukou hlavního rozhodčího s vkladem 500 Kč. Odvolání řeší jury ve složení řídící pracovník, ředitel závodů a hlavní rozhodčí, která vydá písemné rozhodnutí.

Čl. 7

Startují

- | | |
|----------------|----------------------------|
| a) starší hoši | rok narození 2012 a 2013 |
| starší dívky | rok narození 2012 a 2013 |
| mladší hoši | rok narození 2014 a mladší |
| mladší dívky | rok narození 2014 a mladší |

Čl. 8

Povinnosti pořadatele

- a) Čtrnáct dní před závodem zveřejnit propozice na webu www.atletika.cz
- b) Zajistit včas organizačně a technicky uspořádání závodu.
- c) Zajistit dostatečný počet rozhodčích.
- d) Nejpozději 14 dní před konáním kola zaslat všem družstvům a řídícímu pracovníkovi propozice závodu.
- e) Po skončení závodu zveřejnit výsledky na webu www.atletika.cz.
- f) Zajistit zdravotnickou službu.
- g) Zajistit v prostoru stadionu možnost občerstvení.
- h) Zajistit ozvučení stadionu a kvalifikovaného hlasatele.
- ch) Zajistit předání medailí a diplomů nejlepším závodníkům ve čtyřboji, zajistit předání diplomů nejlepším třem závodníkům v každé disciplíně a zajistit sladkost všem zúčastněným závodníkům.

Čl. 9

Přihlášky ke kolu

Všichni závodníci se přihlašují přes web atletika.cz. Štafety se přihlašují na kartičkách před začátkem závodu.

Čl. 10

Začátek soutěží

Nedojde-li k jiné vzájemné dohodě vedoucích družstev, je začátek stanoven na 10 hodin.

Čl. 11

Zvláštní technická ustanovení

- a) Na závodech se nesmí používat atletické tretry!
- b) V běhu na 50 metrů, 50 m překážek, 400 metrů má závodník jeden pokus.
- c) V člunkovém běhu, slalomu a překážkové dráze má závodník dva pokusy.
- d) Ve skoku do dálky, dále z místa, hodů míčkem, hodů raketkou a hodů medicinbalem má závodník tři pokusy.
- e) Kromě běhů budou probíhat soutěže na dvou stanovištích.

Čl. 17

Vklady do soutěží

Oddíly zaplatí za každého závodníka 120 Kč. Vklady budou hrazeny na základě faktury po proběhnutí posledního kola soutěží na účet KAS Vysočiny 4050003048/6800. Vklady budou po skončení soutěží rozpočítány jako dotace pořadajícím oddílům.

Čl. 18

Odměny

KAS zajistí pro všechny závodníky, kteří se zúčastní všech čtyř kol ligy přípravek medaile.

KAS zajistí pro tři nejlepší ve čtyřboji medaile a diplomy.

Oddíl zajistí pro tři nejlepší v každé disciplíně včetně štafet diplomy a pro všechny závodníky sladkost.

Čl. 19

Vzorový časový pořad

10.00	rychlost Hst	skok Dst	obratnost Hml	hod Dml
10.30	hod Hst	rychlost Dst	skok Hml	obratnost Dml
11.00	obratnost Hst	hod Dst	rychlost Hml	skok Dml
11.30	skok Hst	obratnost Dst	hod Hml	rychlost Dml
12.00	4 x 60 m Hst			
12.05	4 x 60 Dst			
12.10	4 x 60 Hml			
12.20	4 x 60 Dml			

Vzorový časový pořad s výškou

10.00	výška Hst	rychlost Dst	výška Hml	hod Dml
10.20		obratnost Dst		rychlost Dml
10.40		hod Dst		obratnost Dml
11.00	rychlost Hst	výška Dst	hod Hml	výška Dml
11.20	obratnost Hst		rychlost Hml	
11.40	hos Hst		obratnost Hml	
12.00	4 x 60 m Hst			
12.05	4 x 60 Dst			
12.10	4 x 60 Hml			
12.20	4 x 60 Dml			

TERMÍNY ZÁVODŮ Ligy Vysočiny přípravek

východní skupina

sobota	6.5.	Velké Meziříčí
		<i>300 m, dálka z místa, raketka, slalom, 4 x 60 m</i>
neděle	21.5.	Žďár nad Sázavou
		<i>50 m, dálka z místa, raketka, překážková dráha, 4 x 60 m</i>
neděle	18.6.	Znojmo
		<i>50 m, skok daleký, míček, člunkový běh, 4 x 100 m</i>
neděle	17.9.	Třebíč
		<i>50 m přek., výška, medicinbal, žebřík, 4 x 100 m</i>

Startují:

SK Bystřice nad Pernštejnem
TJ Nové Město na Moravě
TJ Žďár nad Sázavou
SK ANTE Žďár nad Sázavou
TJ Sokol Velké Meziříčí
TJ Spartak Třebíč
Atletika Jemnice
Atletika Okříšky
Atletika Jaroměřice nad Rokytinou
TJ Znojmo

západní skupina

sobota	6.5.	Humpolec
		<i>300 m, dálka z místa, raketka, slalom, 4 x 60 m</i>
neděle	21.5.	Jihlava
		<i>50 m př., výška, míček, člunkový běh, 4 x 60 m</i>
neděle	18.6.	Havlíčkův Brod
		<i>50 m, dálka z místa, raketka, překážková dráha, 4 x 100 m</i>
neděle	17.9.	Pacov
		<i>50 m, skok daleký, medicinbal, žebřík, 4 x 100 m</i>

Startují:

Atletika Jihlava
TJ Jiskra Havlíčkův Brod
TJ Sokol Havlíčkův Brod
TJ Jiskra Humpolec
TJ Slavoj BANES Pacov
SK Žirovnice
SK Chotěboř
TJ CHS TURBO Chotěboř
SVC Ledec nad Sázavou
Atletika Pelhřimov
Korela Sports Team
Elitavers - Sportovní akademie Jihlava

Mistrovství Kraje Vysočina přípravek ve čtyřboji a štafetě

Pořadatel:	Z pověření KAS technicky zajišťuje Atletika Jihlava		
Datum:	sobota 30. září 2023		
Místo:	Stadion Atletiky Jihlava		
Činovníci:	Ředitel závodů:	Bohumír Machovec	
	Hlavní rozhodčí:	Marie Pytlíková	
	Technický delegát:	Ondřej Tomek	
Přihlášky:	Registrovaní závodníci přes web atletika.cz do pátku 16.9. do 20 hodin. Štafety se přihlašují v závodní kanceláři do 9 hodin na kartičkách.		
Kategorie:	chlapci ročník 2012, 2013, 2014 a 2015		
	dívky ročník 2012, 2013, 2014 a 2015		
	štafety - starší (2012 a 2013)		
	- mladší (2014 a 2015)		
Disciplíny:	čtyřboj - 50 m př., míček, 50 m, dálka		
	štafeta 4 x 60 m		
	V technických disciplínách mají závodníci tři pokusy. Závodí se na dvou sektorech pro dálku a hod.		
Omezení startů:	Na závodech nesmí startovat ročník 2016 a mladší.		
Ceny:	První tři závodníci ve čtyřboji v každém ročníku obdrží diplomy a medaile. První tři štafety v každé kategorii obdrží diplomy a medaile.		

Časový pořad:

10.00	50 m př. H (2011)	dálka D (2013+2014)	míček H (2013+2014)
10.15	50 m př. H (2012)		
10.30	50 m př. D (2011)		
10.50	50 m př. D (2012)		
11.10	50 m př. H (2013)	dálka H (2011+2012)	míček D (2011+2012)
11.25	50 m př. H (2014)		
11.40	50 m př. D (2013)		
12.00	50 m př. D (2014)		
12.20	50 m H (2011)	dálka H (2013+2014)	míček D (2013+2014)
12.35	50 m H (2012)		
12.50	50 m D (2011)		
13.10	50 m D (2012)		
13.30	50 m H (2013)	dálka D (2011+2012)	míček H (2011+2012)
13.45	50 m H (2014)		
14.00	50 m D (2013)		
14.20	50 m D (2014)		
14.40	4 x 60 m Hml		
15.00	4 x 60 m Dml		
15.20	4 x 60 m Hst		
15.40	4 x 60 m Dst		

TECHNICKÁ PRAVIDLA

Běh na 50 metrů

Závodník startuje ze startovacích bloků a běží ve své dráze.

Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají jeden pokus.

Běh na 400 metrů (menší stadiony 300 metrů)

Závodník startuje ze stoje na startovací výstřel.

Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají jeden pokus.

Běh na 50 metrů překážek

Závodník startuje z bloků na startovací výstřel. Vzdálenost od startovní čáry k první překážce je 9,40 m, vzdálenosti mezi překážkami 6 m, doběh 10,60 metrů. Výška překážek pro mladší děti 50 cm (překážka bez nástavce) a pro starší 60 cm (překážka se dvěma nástavci). Mohou se použít pevné překážky se sady Atletika pro děti.

Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají jeden pokus.

Člunkový běh

Závodník startuje ze stoje od „pomyslné čáry START-CÍL“ mezi dvěma kužely na povel. Startuje se mírně vpravo od kuželů tak, aby mezi 1. a 2. kužel naběhl závodník zleva. (cestu možnost označit). Závodník probíhá „osmičku“ mezi kužely. Závod končí proběhnutím „pomyslné čáry START- CÍL“ mezi kužely. Vzdálenost kuželů je 10 metrů.

Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají dva pokusy.

Slalom

Závodník startuje ze stoje od „pomyslné čáry START-CÍL“ mezi dvěma kužely na povel. Startuje se mírně vpravo od kuželů tak, aby mezi 1. a 2. kužel naběhl závodník zleva. (cestu možnost označit). Závodník probíhá slalom mezi kužely, obíhá poslední kužel a běží zpět (hladký úsek vedle kuželů). Závod končí proběhnutím „pomyslné čáry START- CÍL“ mezi kužely. Vzdálenost k prvnímu kuželu je 1 m, 10 kuželů, vzdálenost mezi kuželi 2 metry, kužely jsou umístěny na čáře.

Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají dva pokusy.

Překážková dráha

Startuje z polovysokého startu – špička za startovní čárou. Na pokyn startéra závodník vybíhá a překonává jednotlivé překážky. První překážka – 7 m od startovní čáry – přeběh molitanové překážky – 5 m – podlezení překážky – 76 cm vysoké, 5 m – oběhnutí stojanu z dětské sady (zleva nebo zprava), návrat ke startu - 5 m – přeskok molitanové překážky – 5 m - podlezení překážky 76 cm – 5 m – přeskok molitanové překážky – 8 m – cíl. Celková délka 40m.

Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají dva pokusy.

Žebřík

Startuje z polovysokého startu – špička za startovní čárou. Na pokyn startéra závodník vybíhá a přebíhá žebřík. Obíhá kužel umístěný za žebříkem a běží zpět vedle žebříku (hladký běh) První „příčka“ je 3 m od startovní čáry. Vzdálenost mezi jednotlivými příčkami je 1 m. Počet příček je 11. 3 m od poslední příčky je umístěn kužel, který závodník obíhá. Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají dva pokusy. V případě vynechání pole žebříku nebo úmyslného kopání do příček se naměřenému času připočítává 1 sekunda.

Skok daleký

Závodník skáče s rozběhem. Odrazí se ve vymezeném pásmu jednou nohou. Měří se od místa odrazu po místo dopadu.

Měří se s přesností na 0,01 metru. Děti mají tři pokusy.

Dálka z místa

Závodník skáče od vyznačené čáry. Odrazí se a skočí co nejdál dopředu, dopadá na obě nohy.

Měří se s přesností na 0,01 metru. Děti mají tři pokusy.

Skok vysoký

Děti se musí odrazit jednou nohou. Za nezdařený pokus je považován ten, kdy laťka spadne vinou závodníka. Skáče se na dvou doskočisticích. Zvyšuje se po 4 cm. Závodník má na každé výšce pouze jeden pokus.

Měří se s přesností na 0,01 metru.

Hod míčkem a raketkou

Děti hází míčkem nebo raketkou s rozběhem. Náčiní musí dopadnout do výšece.

Po odhodu závodník nesmí překročit odhodovou čáru (nezdařený pokus).

Měří se s přesností na centimetry. Děti mají tři pokusy.

Hod medicinbalem (1 kg)

Děti hází medicinbalem (oběma rukama) od vyznačené čáry. Závodník stojí ve stoji rozkročném (špičky bot se dotýkají čáry), zakloní se, zpevní a oběma rukama odhodí co nejdále směrem dopředu (pohyb připomíná autové vyhazování při fotbale). Odhazuje se z místa – ne s ná krokem ! Po odhodu závodník nesmí překročit odhodovou čáru (nezdařený pokus).

Měří se s přesností na decimetry. Děti mají tři pokusy.



Kraj Vysočina



MISTROVSTVÍ KRAJE přípravek ve čtyřboji

Jihlava 30. září 2023
atletický stadion od 10 do 14 hodin

www.kasvysočina.cz www.atletikajihlava.cz

Liga Vysočiny přípravek 2023
Vydal KAS Vysočina výhradně pro svoji potřebu.
Vydáno 24. února 2023.



Zkusit se má všechno!