

Az Atlétikai Club Bonyhád téli felkészülési ranglista versenysorozatának februári fordulói

A verseny célja:

- a korosztályos fedett pályás bajnokságok előtti verseny és állapot felmérési lehetőség biztosítása
- a téli felkészülés egyhangúságának színesítése
- versenylehetőség biztosítása azok részére, akik nem indulnak bajnoki eseményeken
-

A versenysorozat februári időpontjai:

2014. február 12. szerda

2014. február 19. szerda

Helyszín: Atlétikai Centrum Bonyhád (megközelíthető a Bajcsy utcai parkolóból)

Rendező: Atlétikai Club Bonyhád

Résztvevők: egyesületek újonc, serdülő, ifjúsági, junior igazolt versenyzői, valamint iskolák testnevelői által nevezett tanulók

Versenyszámok: 60m gátfutás, 50m síkfutás, 300m-es síkfutás, 600m-es síkfutás, 800m-es síkfutás, 1500m-es síkfutás, távolugrás, magasugrás, hármas ugrás, ötös ugrás, rúdugrás, súlylökés, (megfelelő idő esetén diszkoszvetés, gerelyhajítás)

Nevezés módja: Előre nevezés emailben az bonyhadatletika@gmail.com címre, vagy a helyszínen 90 perccel a versenyszám kezdete előtt a nevezési díj befizetését igazoló kártyával.

Nevezési díj: 800 Ft/fő (versenyszámtól függetlenül)

Egyebek: öltözési lehetőség 13.20 perctől, az öltözőben hagyott tárgyakért felelősséget nem tudunk vállalni,
a helyszínen szolid büfé üzemel, edzők felkészítők a vendég helységben tehetik le holmijukat
a küzdőtéren tilos az étel és italfogyasztás

IDŐREND

- 13.00 rúdugrás fiú-lány (max. 400cm)
- 14.30 60 m gátfutások (növekvő gát távolság sorrendjében)
távolugrás lányok: A pálya - serdülő 1,5m-re deszka,
B pálya - ifi-jun-feln. 3m-re deszka
- 15.00 50 m-es síkfutás ifi-jun-felnőtt fiúk
- 15.15 50 m-es síkfutás újonc, serdülő fiúk,
- 15.20 50 m-es síkfutás ifi-jun-felnőtt lányok
távolugrás fiúk: A pálya - serdülő 1,5m-re deszka,
B pálya - ifi-jun-feln. 3m-re deszka
- 15.55 50 m-es síkfutás újonc, serdülő lányok,
- 16.00 második futás 50 m felnőtt – ifi - junior
- 16.30 súlylökés lányok
- 16.30 1500 m-es síkfutás fiú-lány
hármass ugrás, ötös ugrás nekifutásból fiúk
ötös ugrás helyből „A” pálya fiú
(lányok ugyan így, ahogy a fiúk végeztek)
- 16.45 magasugrás fiúk-lányok (két pályán, kezdő magasság megegyezés szerint)
- 17.00 600 m-es síkfutás fiú-lány
- 17.10 súlylökés fiúk
- 17.20 800 m-es síkfutás fiú - lány
- 17.30 300 m újonc, serdülő fiú - lány
- Kedvező időjárás esetén:**
- 15.00 gerelyhajítás fiúk-lányok
- 15.45 diszkoszvetés fiúk-lányok

Szeretettel várunk minden kedves atléta barátot!

AC Bonyhád