

Senior Olimpia Kőbányán 2014.

Versenykiírás

- A verseny rendezője:** Budapest Főváros X. Kerület Kőbányai Önkormányzat
- A verseny védnökei:** Kovács Róbert, a Kőbányai Önkormányzat polgármestere
KESZE (Kőbányai Ezüstkörűak Szabadidősport Egyesülete)
- A verseny célja:** A Kőbányán élő időskorúak körében a korosztálynak megfelelő szabadidősportok és az egészséges életmód népszerűsítése, a sportbarátságok ápolása és a sporton keresztül épített kapcsolatok elmélyítése, a kőbányai nyugdíjasok közösségének erősítése, valamint számukra versenyzési és aktív pihenési lehetőség biztosítása.
- A verseny helyszíne:** A Sportliget és az Újhegyi Uszoda és Strandfürdő területe (1108 Budapest, Újhegyi út 13.), rossz idő esetén az Újhegyi Községi Ház (1108 Budapest, Újhegyi sétány 16.)
- A verseny időpontja:** 2014. szeptember 26 (péntek) 10.00 óra
- A verseny résztvevői:** Azok a kőbányai lakcímmel rendelkező nyugdíjas személyek, akik a nevezési határidőig leadják nevezési lapjukat, mellyel igazolják, hogy a részvételi feltételeket elfogadják.
- A verseny feltételei:** A versenyen kőbányai lakcímmel rendelkező nyugdíjasok vehetnek részt. A versenyzéshez szükséges sporteszközöket a versenyszervezők biztosítják. A megfelelő, sportolásra alkalmas öltözetet a nevezőnek kell magával hoznia.
A versenyen mindenki kizárólag saját felelősségére indulhat. Az esetleges versenybalesetekért, illetve a versenykiírás be nem tartásából, vagy egészségügyi okból bekövetkezett balesetekért és sérülésekért a rendező semmiféle felelősséget nem vállal, kártérítésre nem kötelezhető.
A versenyzők nevezésük papír alapú vagy elektronikus úton történő leadásával egyidejűleg részvételi nyilatkozatot juttatnak el a verseny szervezőjéhez, mellyel igazolják, hogy a versenykiírásban szereplő feltételeket megismerték, saját maguk számára azokat kötelezőnek tekintik és betartják, illetve társaikkal is betartatják.
A verseny helyszínén és a környékén hagyott értéktárgyakért a versenyszervezők nem vállalnak felelősséget.
- Versenykategóriák:** **Egyéni korcsoportos versenyek:**
50–59 (1955. és 1964. között születettek)
60–64 (1954. és 1950. között születettek)
65–69 (1949. és 1945. között születettek)
70+ (1944. előtt születettek)
- Csapatversenyek:**
női, férfi és vegyes, korcsoporttól független csapatok
Csapatot a kőbányai városrészekben, lakótelepeken élő idősök, illetve idősklubok, szervezetek és egyének is alkothatnak.
A csapatok négy főből állhatnak. A csapatok összeállítása női, férfi és vegyes csapat lehet.
A nevezők a saját korosztályukban és nemükben egyéniben, valamint egy vegyes és egy egynemű csapatban is rajthoz állhatnak.
- Versenyszámok:** **Egyéni versenyszámok:**
1) úszás (szabad úszásnemben, melyben a versenyző biztonságosan képes végigúszni egy uszodahosszt),
2) futás (kb. 4–500 méter),

- 3) parktájékozódás (futva, gyalogosan, vagy nordic walking bottal),
- 4) kerékpár (ügyességi és gyorsasági futamok)
- 5) nordic walking
- 6) norditlon (úszás, nordic walking)
- 7) futgolf (a futball-labdát lábbal kell a megfelelő méretű gödörbe juttatni)
- 8) pétanque (golyós játék)
- 9) sodrófa dobás
- 10) asztalitenisz
- 11) sakk

Csapatversenyek:

- 1) úszás – váltó (minden hosszt más csapattag úszik, a versenyző által választott szabad úszásnemben, melyben biztonságosan képes végigúszni egy uszodahosszt)
- 2) nordic walking – váltó
- 3) kerékpár – váltó
- 4) triatlon – váltó (úszás, kerékpározás, futás – minden versenyszámot másik csapattag hajt végre)

A versenyzők rajtszáma nevezésük leadásának sorrendje szerint alakul.

Nevezés:

Nevezési díj nincs.

A nevezés a nevezési lap kitöltésével az Önkormányzat portáján kihelyezett dobozban, illetve a szeniorolimpia@gmail.com e-mail címen történhet.

Nevezési határidő:

2014. szeptember 19. (péntek) 13.30

Versenybíróság:

A versenybíróság feladatait a KSFK (Kőbányai Sportlétesítmény Fenntartó Központ) munkatársai végzik.

Óvási feltételek:

Óvni az egyes versenyszámok befejezését követő 15 percen belül – tanúkat megnevezve – a versenybíráknál lehet. A versenybíróóság a döntést azonnal, a helyszínen hozza meg, döntése végleges.

Általános tudnivaló:

A résztvevők öltözési, étkezési és csomagmegőrzési lehetőségéről a Sportligetben és az Újhegyi Uszoda és Strandfürdő területén a versenyzőknek maguknak kell gondoskodniuk. Az őrizetlenül hagyott értéktárgyakért felelősséget nem vállalunk.

A rendezvény ideje alatt ingyenes egészségügyi szűrővizsgálatokon való részvétel biztosított.

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják.