



Zpravodaj družstva starších žáků 2013 č. 1

Blíží se nám první závod Přeboru Jihočeského kraje družstev 2013 a je tedy třeba probrat pár věci, než se s plnou vervou vrhneme do boje.

Jednotlivá kola KPD

1. kolo | 11. května | Písek

→ 60 m, 150 m, 800 m, 100 m př., 1500 m př., výška, tyč, dálka, koule, disk, 4x60 m

2. kolo | 2. června | Nová Včelnice

→ 60 m, 150 m, 1500 m, 100 m př., dálka, výška, koule, oštěp, disk, 4x60 m

3. kolo | 8. září | Klatovy

→ 60 m, 300 m, 1500 m, 3000 m, 200 m př., dálka, výška, tyč, koule, kladivo, oštěp, 4x300 m

Soupeři

SK Čěčova Č. Budějovice | TJ Nová Včelnice | VS Tábor | TJ Jiskra Třeboň

Součástí 1. a 3. kola budou také přebory družstev Plzeňského a Karlovarského kraje, tudíž půjde o velmi kvalitní závody - ideální třeba pro pokus o plnění limitů na MČR.

Něco z pravidel

V soutěži mohou závodit starší (1998-1999) i mladší žáci (2000-2001). Každý závodník musí závodit v oddílovém dresu (pokud ho ještě nemáte, dejte včas vědět). Mladší žáci mohou startovat v jednom kole maximálně na třech disciplínách (včetně štafet), starší žáci mohou startovat ve třech individuálních a ještě k tomu ve štafetě. Všichni mohou v jednom dni startovat maximálně v jednom běhu na 800 m a delším. Za družstvo může v jednom kole nastoupit maximálně 20 závodníků.

Přihlášky a závěrem

Posílejte vždy nejpozději do středy před závodem na ondra.brynych@gmail.com nebo svému trenérovi.

Loni starší žáci roznesli KPD na kopytech. A já nevidím důvod, proč by to letos mělo být jiné. Těším se, že už na 1. kole v Písku ukážete soupeřům, zač je toho Sokol.

Vedoucí družstva

Ondra Brynych | 776 894 316 | ondra.brynych@gmail.com



Časový pořad 1. kola:

(Společně s dorostem a juniorstvem)

- 10.30 110 m př. /JI/ výška /JI,DCI/ koule /ŽKY/ tyč /ŽCI,ŽKY/
disk /JI,DCI/ dálka /JKY,DKY/
- 10.40 110 m př. /DCI/
- 10.55 100 m př. /ŽCI/
- 11.05 100 m př. /JKY/
- 11.15 100 m př. /DKY/
- 11.30 100 m př. /ŽKY/
- 11.45 800 m /JI,DCI/ výška /ŽCI/ koule /JKY,DKY/ tyč /JKY,DKY/ disk /ŽCI/
dálka /JI,DCI/
- 11.55 800 m /JKY,DKY/
- 12.05 800 m /ŽCI/
- 12.15 800 m /ŽKY/
- 12.30 100 m /JI/
- 12.40 100 m /DCI/
- 12.50 100 m /JKY/
- 13.00 100 m /DKY/ výška /ŽKY/ koule /ŽCI/ tyč /JI, DCI/ disk /JKY,DKY/
dálka /ŽCI/
- 13.15 60 m /ŽCI/
- 13.25 60 m /ŽKY/
- 13.40 2000 m př. /JI,DCI/
- 14.00 1.500 m př. /JKY,DKY,ŽCI/
- 14.15 200m /JI/ výška /JKY,DKY/ koule /JI,DCI/ dálka /ŽKY/ disk /ŽKY/
- 14.25 200 m /DCI/
- 14.35 200 m /JKY,DKY/
- 14.50 150 m /ŽCI/
- 15.00 150 m /ŽKY/
- 15.15 4x100 m /JI,DKY/
- 15.25 4x100 m /JKY,DKY/
- 15.40 4x60 m /ŽCI/
- 15.50 4x60 m /ŽKY/