

# **VERSENYKIÍRÁS**

## **RÉGIÓS ESZKIMÓ-INDIÁN JÁTÉKOK**

**Orfű, Pécsi tó, 2019. június 22-23.**

**PÉCSI KAJAK-KENU CLUB**



## HELYSZÍN

Orfűi Aktív Vízitourisztikai Központ (kajak-kenu vízitelep) és Orfű Sporttábor (sátrazás + szárazföldi feladatok, versenyszámok)  
7677 Orfű, Széchenyi tér 5/A.

## RÉSZTVEVŐK

2007-2011-ben születettek versenyzők (U8-U12 évfolyamok)

## NEVEZÉS

Nevezni a Kajak-Kenu Ablak online nevezőben lehet.

**Nevezési határidő:** 2019. június 17. (hétfő) 16:00 óra.

## VERSENYSZÁMOK

### Előkészítő (U8-U9) teljesítményfelmérő számok, váltóversenyek

1. 4000 m levezése
  - MK1-ben (36 percen belül),
2. Vízi ügyességi feladatsor (melléklet),
3. Szárazföldi ügyességi váltóverseny (melléklet).

Előkészítő évfolyamokban **arany** jelzés a részvételért jár. Ha a versenyző megjelent és elvégezte a feladatokat (szintidőn belüli teljesítés csupán a 4 km-es kajakozáshoz kapcsolódik), megkapja az **arany** jelzést.

### Gyermek (U10-U12) versenyszámok

1. Célba dobás kislabdával (70 cm átmérőjű körbe kell bedobni 7 méter távolságból a labdát, amelyre mindenkinek három lehetősége van),
2. Húzódkodás nyújtón 30"-ig,
3. 1500 méteres futás,
4. 2000 méteres evezés fordulóval (MK-1)
  - MK-1 fiú gyermek U10 (2009)
  - MK-1 fiú gyermek U11 (2008)
  - MK-1 fiú gyermek U12 (2007)
  - MK-1 lány gyermek U10 (2009)
  - MK-1 lány gyermek U11 (2008)
  - MK-1 lány gyermek U12 (2007)

Gyermek évfolyamokban **arany** jelzés a részvételért jár. Ha a versenyző megjelent és elvégezte a feladatokat, megkapja az **arany** jelzést.

## PROGRAMOK

### Tervezett programok

#### 2019.06.22. Szombat

9:00-14:00-ig	Egyesületek érkezése, sátrak felállítása igény szerint, egyéni, egyesületi evezés
14:00-14:30	Technikai értekezlet
15:00-18:30	U8-U9 Szárazföldi ügyességi váltóverseny U10-U12, húzódkodás nyújtón 30", célba dobás kislabdával
18:45-20:00	Vacsora
20:00-	Szabad program

#### 2019.06.23. Vasárnap

9:00-10:00	U8-U9 4000m levezés
10:00-13:00	U10-U12 1500 m futás, 2000 m-es evezés fordulóval U8-U9 vízi-ügyességi feladatsor
11:00-12:00	U8-U9 kajakpóló feladat teljesítése
13:00-14:00	Ebédszünet, ebéd lehetőség a vízitelepen található Kajakos büfében (Pörkölt, 1300 Ft/adag)
14:00-15:00	Eredményhirdetés

**FIGYELEM!** Nevezni csak a Kajak-Kenu Ablak online nevezőjében lehet, helyszíni nevezéseket az MKKSZ versenyszabályzatának értelmében, az egyesületi kvóták számában, 5.000,- forintos, a helyszínen fizetendő pótdíj ellenében lehet. A technikai értekezleten - a többi versenyhez hasonlóan – lemondani orvosi igazolással lehet, a nevezett, de nem megjelent egységéért 1.000,- forintos pótdíj kerül kiszámlázásra a versenyt követően.

### A verseny lebonyolítása

1. Először célba dobnak a gyerekek 7 méterről kislabdával, ahol 3 kísérlete van mindenkinek. Egy találat 6 másodpercet ér.
2. Második próbaként fél percet húzódkodnak. Itt minden darabért 2 másodperc jár.
3. Az első két próba eredményeit (szerzett másodpercek) összeadjuk, és ez alapján kerül megállapításra a futás-evezés rajtsorrendje. A legtöbb másodpercet szerzett gyerek indul elsőnek és utána a többiek a szerzett másodpercek függvényében, mint az öttusa futásában.
4. A futás célba érkezése után egyből mennek evezni a stégre, vagy fövenyre lekészített hajókban (mint a triatlonban), majd az elsőnek célba érkező nyer és a sorban utána következők a helyezettek, így nem kell várni az eredmény kiszámlálására és mindenki számára könnyen nyomon követhető a verseny alakulása.

Az evezéshez a mentőmellény használata a Vízi Rendészet rendelkezéseit figyelembe véve mindenkinek kötelező. A mellényeket a hajókba kell készíteni, amit a versenyzők külső segítség nélkül vesznek fel a vízre szállásnál.

**DÍJAZÁS** korosztályonként és szakáganként

**Gyermek versenyszámok:** egyéni összetettben az 1-6. helyezett éremdíjazásban részesülnek.

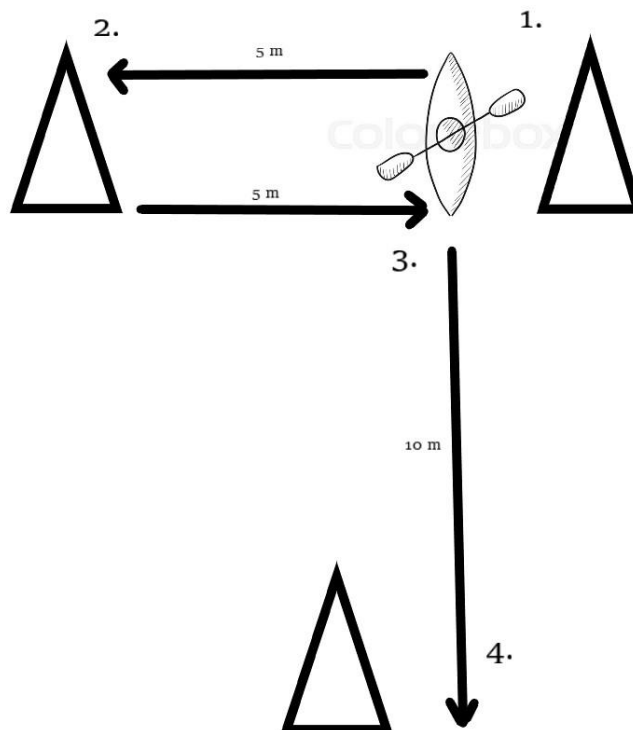
**Előkészítő teljesítményszámok:** minden résztvevő oklevelet kap, aki teljesítette a szinteket arany, a többiek kék jelzés megjelölésével.

**Figyelem:** Az edzői patrónus programban részt vevő, a fenti korosztályokban érintett edzők és versenyzőik részvétele a versenyen kötelező!

## MELLÉKLETEK

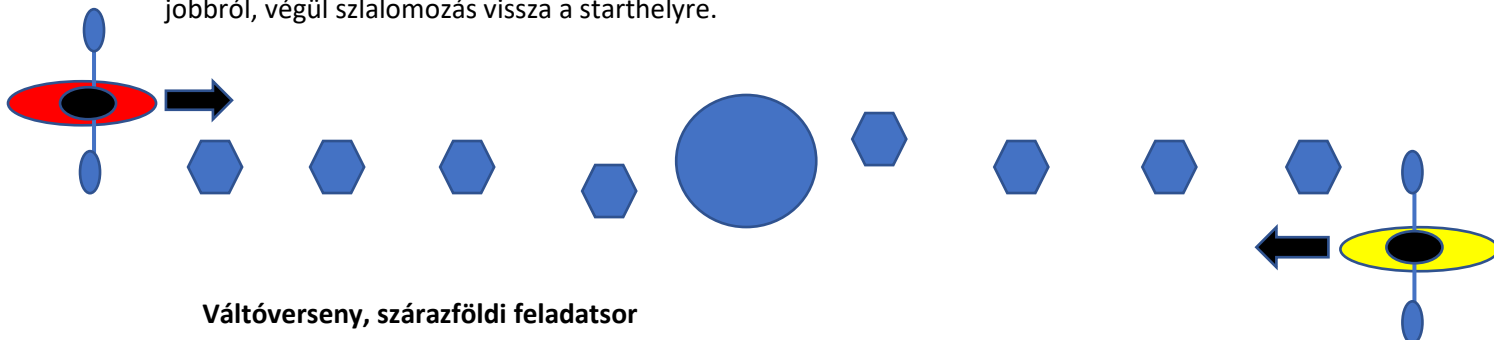
### Vízi ügyességi feladatsor

- I. 1. A sportoló beáll a két bója közé, a jobb oldali bója mellé, és rajthelyzetben tartja a lapátot 5 mp-ig.
2. A sportoló 5 m-t kanalaz balra, a bal oldali bója mellé irányítja a hajót.
3. A sportoló 5 m-t kanalaz jobbra, visszairányítja a hajót a jobb oldali bójához.
4. A sportoló hátraevez 10 m-t, a hátsó bójához irányítja a hajót.



## II. Kajakpóló hajó (eszkimó) ügyességi feladatsor

1. Kajakpóló hajóban, egyszerre két, egymással szemben induló sportoló, labdát ölben tartva szlalomozás egy labdagyűjtő kosárig, ahova a kosár előtti utolsó bója mellől labda bedobása a kosárba, majd a kosár mellett jobbról elhaladás, szlalomozás a szemből induló társ rajthelyéhez. Az utolsó bója kerülése után, szlalomozás vissza, labda összeszedése a kosárból, a mellett elhaladás jobbról, végül szlalomozás vissza a starthelyre.



### Váltóverseny, szárazföldi feladatsor

A váltóversenyeket 3 párhuzamos pályán 3 csapattal szimultán rendezzük, amelyeket a feladatok elvégzése után az előkészített eszközökkel átrendezve alakítjuk ki a 8 különböző feladatsort, ezek végeztével, érkezhetsz a következő csapat vagy csapatok. A „versenyre” vegyes összetételű, mint nemükben, mint egyesület tekintetében érkezhetsz a gyerekek. A gyakorlatok játékos jellegűek, de a paralel feladat végzés egyfajta versenyhelyzetet teremt. Az érkezők feliratkoznak egyesével és akár fantázia csapatnévvel is ez a sikeresen befejezett feladat „értékelése”-(mint megfelelt) miatt fontos!

A nyolc feladatsort az alábbiakban ismertetjük:

A terület 8méter x 20méter, erre építjük fel a 3 pályát. Tehát 20m bója kerüléssel és vissza.

1. Startvonalról jelzésre indulás, futással balkéz felől bójakerülés majd kézráutással váltás.
2. Startvonalról jelzésre indulás, futással 4-5 részes szekrényen átjutás (felette ☺), futással balkéz felől bójakerülés majd kézráutással váltás.
3. Startvonalról jelzésre indulás az odakészített 3különböző labdával, melyeket a bója előtt elhelyezett zsámolyba kell elhelyezni, majd futással balkéz felől bójakerülés után, futás vissza, kézráutással váltás. A következő csapattag fut a labdákért, bóját megkerülve balkéz felől labdák összeszedése, váltás átadással.
4. A szokásos módon indulás, majd alacsonyan kifeszített akadály alatt átkúszás, futással balkéz felől bójakerülés majd vissza is átkúszás, kézráutással váltás.
5. Startvonalról jelzésre indulás, majd a 3részre osztott pályán medicin labdát a sávokba átdobni, majd 1db karhajlítás mellsőfekvőtámaszban, a bójánál a labda ott marad, futással balkéz felől bójakerülés majd kézráutással váltás, és ugyanez visszafelé.
6. Startvonalról jelzésre indulás, bójáig félúton elhelyezett mentőmellény felvétele (szabályosan), futással, balkéz felől bójakerülés, visszafelé irányban, fele távnál mentőmellény levétele-lerakása, majd váltás kézráutással.
7. Startvonalról jelzésre indulás rajtszámmal a kézben, bója előtt kihelyezett rajtszámtartóba helyezése, majd bójakerülés balkéznel, visszafelé rajtszám tartóból való kiszedése, váltótársnak átadása.
8. Startvonalról jelzésre indulás, talicskába helyezett medicin labdával futás (talicska tolása), balkéz felől bójakerülés váltás a talicska megfordításával.

## **ÉTKEZÉS**

Az első nap szombat este, vacsorát (paprikás krumpli) minden nevezett versenyző és edző ingyenesen kap a vízitelepen található Kajakos Büfében, melyre a Pécsi Kajak-Kenu Club biztosítja a lehetőséget. A csapatlétszámot, ebédrendelést a verseny hetében, szerdáig kérjük e-mailben elküldeni.

Vasárnap ebéd lehetőség szintén a Kajakos Büfében, de az már térítés ellenében lehetséges, mely 1300 Ft/fő. Ez esetben is előzetes rendelésre lesz szükség, ha lehet, együtt a szombati rendeléssel-

Az étkezéssel kapcsolatban minden egyesülettől egy előzetes létszámot a nevezéssel egy időben kérünk, de legkésőbb a verseny hetében, szerdáig, e-mailben a [kotzyo79@gmail.com](mailto:kotzyo79@gmail.com) címre.

## **SZÁLLÁS**

A versenyzők és kísérőik szállását Orfű sporttáborban tudjuk megvalósítani, ahol a szárazföldi felmérések egy része is zajlik majd. A füves területre, maximum a vonták, kézzel tolhatóak be, autókkal, buszokkal beállni tilos! –nagyon vizenyős olykor a terület, nyomot hagynak az autók.

## **PARKOLÁS**

Az egyesületi buszok és gépkocsik a sporttábor köves felületein tudnak parkolni, továbbá az Orfűi Önkormányzat parkolójában, amitől csak a közút választja el a sporttábort. A kísérők gépkocsijai részére az önkormányzati parkoló, Orfű közterületei, illetőleg a víziteleptől északra található Angyal öböl ad lehetőséget. A vízpartra leállni autóval TILOS, behajtani tilos tábla tiltja, kivéve engedéllyel lehetséges.

## **A VERSENY TERÜLETÉN TALÁLHATÓ INFRASTRUKTÚRA**

Az Orfűi Aktív Víziturisztikai Központ négy épületből áll. Az 1. számú csónakház épület öltözőjét, tusolóját és mellékhelységeit, továbbá a 3. számú öltözőépületet lehet használni minden résztvevő részére.

A telepen található még egy önálló csónakház és a Kajakos Büfé, ahol az étkezés lehetősége megoldott. A vacsora és ebéd elfogyasztására a büfé befogadóképességén túl, a vízitelepen kihelyezett sörpadok állnak rendelkezésre.

A központ szomszédos telke az Orfűi Sporttábor, ahol a szárazföldi felmérések, továbbá az említett sáortábor kerül. A tábor területén helyezünk ki két db mobil WC-t, az esetleges tumultus elkerülése végett.

## Térképek, megközelítés

Észak



Dél

