****

**SDRUŽENÍ KUŘIMSKÝCH SPORTOVNÍCH KLUBŮ**

**SPORT PRO VŠECHNY**

**přichází s výzvou**

**„SPORTEM PROTI TRUDOMYSLNOSTI“**

*Myšlenka této akce vznikla v návaznosti na aktuální dění kolem nás. To, že se nemůžeme potkávat na trénincích, není důvod k tomu nesportovat. Každý z Vás má možnost se udržovat v kondici sám. Místo vysedávání u počítačů, telefonů, tabletů a podobných “žroutů” času si běžte zasportovat. Nejen, že tím efektivně využijete Váš čas, ale především uděláte něco důležitého pro Vaše zdraví.*

*Smyslem této výzvy není zvítězit, ale zúčastnit se. Vše je založeno na* ***FAIR PLAY****.*

*Výzva není určená pouze pro děti, ale pro celé rodiny. Neleňte a zapojte se v co největším počtu.*

*Moto akce:*

**“NENÍ DŮLEŽITÉ ZVÍTĚZIT, ALE ZÚČASTNIT SE”**

**ZÁKLADNÍ PRAVIDLA**

* **Soutěž je určena nejen pro sportovce naších klubů, ale také pro širokou veřejnost (rodiče, trenéry ale i širokou sportovní veřejnost)**
* **Smyslem je pravidelně plnit výzvy**
* **Výzvy budou pravidelně zveřejněné na dostupných informačních kanálech klubů - web,fb**
* **Nebude se hodnotit každá výzva sólo, ale celkově všechny výzvy**
* **Dosažené výkony se budou bodovat, následně se body přepočítají koeficientem odpovídající věkové kategorie**
* **Vaše dosažené výkony zasílejte na uvedené emailové adresy**
* **Program bude rozdělen do několika výzev**
* **Při plnění výzev je nutné dodržovat současná nařízení (dodržovat počty atd.)**
* **U každé výzvy budou uvedeny podrobné informace**

**VĚKOVÉ KATEGORIE A KOEFICIENTY**

**Věkové kategorie**

**8 let a mladší x1,7**

**9-10 let x1,5**

**11-12 let x1,3**

**13-14 let x1,1**

**Dorost mladší (15-16let) x0,9**

**Dorost starší (17-18let) x0,7**

**Další**

**20-30 let x0,8**

**30-40 let x0,9**

**40-50 let x1,0**

**50 a více x1,5**