

# FELHÍVÁS

## *Senior 5 próba*

### *Sportvetélkedő NAV NYOSZ tagok részére*

Időpont: 2023. szeptember 2 (szombat) 10:30-tól 13:00-ig

a Nyárbúcsúztató részeként

Helyszín: NAV KEKI Oktatási Központja és Csónakháza (Budapest, III .ker. Királyok útja  
317-319.)

Az idei Senior próbán a résztvevők 5 sportágban mérhetik majd össze az ügyességüket, fizikai állóképességüket, erejüket.

**Jelentkezési határidő: 2023. augusztus 10. éjféli.**

A jelentkezéseket az alábbi e-mail címre kell elektronikusan megküldeni!

E-mail : [nyugdijas@nav.gov.hu](mailto:nyugdijas@nav.gov.hu)

Jelentkezéskor a születési adatokat meg kell adni. ( év-hónap-nap ) és természetesen azt is, hogy melyik klubnak a tagja.

A versenyzőket nemenként 4 korosztályba soroljuk. A korosztályba sorolásnál a 2023. augusztus 01-i állapotot vesszük figyelembe.

- I. 65 éves korig
- II. 65-70 év
- III. 70-75 év
- IV. 75 +

**Csak összetett eredményt hirdetünk nemenként, korcsoportonként!**

*Oklevél és érem az első három helyezettnek.*

*Sportáganként az 1-3 helyezett külön oklevelet kap.*

Versenyszámok

**Célbadobás**

Mindenki 5 alkalommal dob.

Maximális pontszám: 50

**Teke**

Mindenki 5 alkalommal gurít.

Maximális pontszám: 45

**Kosárra dobás**

Mindenki 5 alkalommal dob .

Maximális pontszám: 5

**Ergométer** Feladat: 1 perc időtartam alatt mekkora távolságot tesz meg a versenyző.

**Szlalom az akadálypályán:** Időre megy és az nyer, aki a leggyorsabban és hiba nélkül megy végig a pályán.

*Az első három hely eldöntéséhez pontegyenlőség esetén az egyforma eredményt elért versenyzők között egy külön párbaj dönt !*

A fair play-ről a versenyzők, a vitás kérdések eldöntéséről a zsűri gondoskodik, melynek elnöke: Dr. Kaizinger Tibor, a NAV NYOSZ elnöke

Kellemes sportolást, jó szórakozást kívánunk!

Szervezők