

# Pravidla soutěžních disciplín pro **XII.** sportovní hry seniorů Královéhradeckého kraje Borohrádek, 11. června 2026

(verze 1.1)

Vážení sportovci - senioři,

předkládáme Vám obecná pravidla a pravidla soutěžních disciplín platná pro **XII.** sportovní hry seniorů Královéhradeckého kraje, které se uskuteční ve čtvrtek **11. června** 2026 v Borohrádku.

**I pro letošní ročník sportovních her platí, že se jich může zúčastnit maximálně 380 sportovců. V praxi to znamená, že po dosažení tohoto počtu již nebudeme další přihlášky přijímat.**

**V kolektivních disciplínách nahrazujeme fyzicky náročnou disciplínu flaškovaná novou disciplínou – člunkový běh družstev s pěnovým míčkem na raketě.**

*Při tvorbě pravidel jsme se snažili v co největším rozsahu převzít pravidla, podle kterých jste soutěžili v minulých letech, věkové kategorie (VK) používáme pouze pro disciplíny – běh na 200 m, jízda zručnosti na koloběžkách a stolní tenis. U všech ostatních disciplín k věku soutěžících seniorů nepřihlížíme.*

**Připomínáme, že u týmových soutěží, stolního tenisu a pétanque musíte na sportovišti setrvat nejméně po dobu hry ve skupinách, přihlašujte se do jednotlivých disciplín s ohledem na toto pravidlo. Čekací doba na nepřítomného hráče či družstva bude pouze 5 minut a pak půjde o kontumační výsledek ve prospěch soupeře.**

**Stále platí stanovení minimálního počtu soutěžících v jednotlivých soutěžních disciplínách. U kolektivních disciplín to znamená její zrušení, pokud do ní nebudou celkem přihlášena alespoň tři soutěžní družstva. U individuálních disciplín, u kterých jsou soutěžící zařazeni do věkových kategorií (běh na 200 m, stolní tenis, jízda zručnosti na koloběžkách), to znamená, že pokud se do příslušné věkové kategorie nepřihlásí alespoň tři soutěžící, budou tito přeřazeni do nejbližší, plně obsazené věkové kategorie téže disciplíny.**

**XII.** sportovních her seniorů Královéhradeckého kraje (dále jen SHSKK) se může zúčastnit každý občan, který má trvalé bydliště v některé obci Královéhradeckého kraje a který:

1. dosáhne nejpozději v den konání SHSKK (11. června 2026) věku 55 let
2. je organizován v seniorské organizaci nebo soutěží za „svoji obec“
3. přihlásí se k účasti v některé z následujících individuálních disciplín
  - běh na 200 m (VK)
  - discgolf
  - házení kroužků
  - hod na basketbalový koš
  - hod rybářským prutem na dálku a přesnost
  - jízda zručnosti na koloběžkách (VK)

- *pétanque*
- *ruské kuželky*
- *stolní tenis (VK)*
- *střelba na florbalovou branku*
- *střelba ze vzduchovky*
- *šípky*

nebo je členem týmu některého z následujících kolektivních sportů

- *přehazovaná smíšených družstev (dvě ženy, jeden muž)*
- *člunkový běh družstev s pěnovým míčkem na raketě (tříčlenná smíšená družstva)*
- *nohejbal (tříčlenná smíšená družstva, max. jedna žena)*

4. zaplatí účastnický poplatek 180,- Kč (poplatek se platí při registraci)

5. bude soutěžit v duchu fair-play a dodržovat tato pravidla.

Každý přihlášený účastník SHSKK při registraci obdrží:

1. startovní číslo
2. poukázku na občerstvení (minerální vodu 2 x 0,5 l, obloženou bagetu a koláček)
3. poukázku na oběd.

Každý sportovec bude automaticky, podle věku, zařazen do jedné z věkových kategorií:

- SP. kategorie **55 až 60 let**
  - I. kategorie **61 až 70 let**
  - II. kategorie **71 až 80 let**
  - III. kategorie **nad 80 let**

Některých individuálních sportovních disciplín se mohou účastnit i vozíčkáři, v případě zájmu s námi tuto možnost konzultujte, děkujeme.

**Každý sportovec má nárok na příspěvek na hromadnou dopravu (autobus, vlak) ve výši odpovídající vzdálenosti sídla seniorské organizace (nebo obce, za kterou soutěží) od Borohrádku. Výše příspěvku bude stanovena podle dotace získané od Královéhradeckého kraje.**

## Harmonogram SHSKK

(harmonogram může být upřesněn)

akce, disciplína	začátek	konec	místo
prezentace účastníků	7:00	8:45	sokolovna – velký sál
slavnostní zahájení	9:00	9:25	sokolovna – velký sál
vystoupení skupiny Floriteam	9:25	9:30	sokolovna – velký sál
házení kroužků	9:30	14:00	fotbalové hřiště TJ Lokomotiva Borohrádek
hod rybářským prutem na dálku a přesnost	9:30	14:00	fotbalové hřiště TJ Lokomotiva Borohrádek
jízda zručnosti na koloběžkách	9:30	14:00	místní komunikace u fotbalového hřiště
nohejbal	9:30	14:00	tenisový kurt
pétanque	9:30	14:00	tréninkové hřiště TJ Lokomotiva Borohrádek
přehazovaná smíšená družstva	9:30	14:00	volejbalové hřiště
střelba ze vzduchovky	9:30	14:00	asfaltová plocha za sokolovnou

lukostřelba - ukázková disciplína	9:30	14:00	fotbalové hřiště TJ Lokomotiva Borohrádek
běh na 200 m	10:00	14:00	běžecká dráha u ZŠ TGM
discgolf	10:00	14:00	park u městského úřadu
člunkový běh družstev s pěnovým míčkem na raketě	10:00	14:00	tělocvična ZŠ TGM
hod na basketbalový koš	10:00	14:00	multifunkční hřiště u ZŠ TGM
ruské kuželky	10:00	14:00	multifunkční hřiště u ZŠ TGM
střelba na florbalovou branku	10:00	14:00	multifunkční hřiště u ZŠ TGM
stolní tenis	10:00	14:00	hala ZŠ TGM
šipky	10:00	14:00	Církevní základní škola - tělocvična
oběd	12:00	14:00	jídelsna ZŠ TGM, restaurace Sport, sokolovna
živá hudba	14:00	15:30	sokolovna – velký sál
losování tomboly	15:30	15:45	sokolovna – velký sál
vystoupení mažoretok	15:45	16:00	sokolovna – velký sál
slavnostní vyhlášení výsledků	16:15	18:00	sokolovna – velký sál
ukončení <b>XII.</b> sportovních her seniorů	18:00		... a odjez účastníků her

## Běh na 200 m

### Místo

*běžecká dráha ZŠ T. G. Masaryka*

### Začátek

*v 10 hodin*

**Soutěží se ve všech věkových kategoriích: SP, I., II., III.**

**Start: Dle zdravotních podmínek lze startovat z nízkého i polovysokého startu. Bez bloků.**

**Měření: Stopky**

## Discgolf

### Místo

*park u městského úřadu*

### Začátek

*v 10 hodin*

**Soutěží se bez zařazení do věkových kategoriích**

### System hry

*Talíř (frisbee) se hází z určeného výchozího místa na cíl, v našem případě je to 5 nádob o průměru cca 0.9 m rozmístěných po trase, která vede parkem u městského úřadu – po rovině, což zvládnou i vozíčkáři. Po prvním výhozu pokračuje hráč k místu, kam frisbee dopadl, a hází znovu směrem ke koši a snaží se ho hodit do tohoto koše. Tak pokračuje k dalším košům a tím i cíli. **Úkolem** hráče je dokončit hru až do cíle s co nejmenším počtem hodů a v co nejkratším čase. Kolika hody zdolá hráč každý koš, zaznamenají rozhodčí do hrací karty, výsledky z každého stanoviště se sečtou a tento součet je pak výsledkem celé soutěže. Kartu nosí hráč s sebou a na konci trasy předá rozhodčímu, který spočítá výsledek, a hráč si kartu podepíše. V případě rovnosti hodů rozhodne o pořadí dosažený čas.*

## Házení kroužků

### Místo

*fotbalové hřiště TJ Lokomotiva Borohrádek*

### **Začátek**

**v 9:30 hodin**

**Soutěží se bez zařazení do věkových kategorií**

### **Systém hry**

*Jedná se o soutěžní disciplínu vhodnou pro všechny věkové kategorie.*

*Hází se pěti provazovými kroužky ze vzdálenosti 4 m na cílové kolíky upevněné na hracím kříži. Cílové kolíky (5 ks) jsou v různých barvách a každý odpovídá jiné bodové hodnotě. Zvítězí soutěžící, který dosáhne nejvíce bodů.*

*V případě rovnosti bodů rozhodne o pořadí dosažený čas.*

## **Hod na basketbalový koš**

### **Místo**

**areál ZŠ T. G. Masaryka – multifunkční hřiště**

### **Začátek**

**v 10 hodin**

**Soutěží se bez zařazení do věkových kategorií**

### **Systém hry**

*Hází se basketbalovým míčem ze vzdálenosti 3 a 5 m na basketbalový koš upevněný ve výšce 305 cm.*

*Hází se třikrát z každé vzdálenosti, za každý koš dosažený ze vzdálenosti 3 m obdrží soutěžící 2 body, ze vzdálenosti 5 m pak body čtyři. Zvítězí soutěžící, který dosáhne nejvíce bodů. V případě rovnosti bodů rozhodne o pořadí dosažený čas.*

## **Hod rybářským prutem na dálku a přesnost**

### **Místo**

**hřiště TJ Lokomotiva Borohrádek**

### **Začátek**

**v 9:30 hodin**

**Soutěží se bez zařazení do věkových kategorií**

### **Systém hry**

*Hází se do vymezeného sektoru do dálky, každý soutěžící má tři pokusy, dosažené vzdálenosti se sčítají. Pro přesnost hodu se používá systém Arenberg, což je rybolovná technika zaměřená na přesnost hodu zátěží 7,5 g (plastová nebo kovová ve tvaru kapky) na terč (čtvercová zelená plachta 3,20 x 3,20 m se soustředěnými kruhy, střed o průměru 0,75 m je černý). Hází se pětkrát ze vzdálenosti 8 metrů.*

*Bodování - střed terče = 10 bodů, kruhy 8, 6, 4 nebo 2 body. Maximální možný počet bodů je 50.*



## **Jízda zručnosti na koloběžkách**

### **Místo**

**místní komunikace u fotbalového hřiště TJ Lokomotiva Borohrádek**

### **Začátek**

**v 9:30 hodin**

**Soutěží se ve věkových kategoriích: SP, I., II., III.**

### **Systém hry**

*Soutěžící absolvuje jízdu na koloběžce mezi kužely rozmístěnými na padesáti metrové dráze tak, že se na konci otočí a dráhu projede v opačném směru. Neprojetí dráhy mezi kužely znamená diskvalifikaci. Sražení kužele je penalizováno 5 vteřinami. Zvítězí soutěžící, který dosáhne nejlepšího času.*

*Pozor!!! Disciplína je vhodná pouze pro fyzicky zdatné jedince. Soutěžící, který odmítne použít ochranné pomůcky, především helmu, bude ze soutěže vyloučen.*

## Pétanque

### Místo

tréninkové fotbalové hřiště TJ Lokomotiva Borohrádek

### Začátek

v 9:30 hodin

**Soutěží se bez zařazení do věkových kategorií**

**Počet hřišť: 3**

**Losování:** Soutěžící jsou podle přihlášek předem rozlosováni do skupin a zařazeni do hracího systému (kdo s kým) – vše bude sděleno před zahájením soutěže.

**Prosíme hráče pétanque, aby se v 9:30 hod. dostavili na tréninkové fotbalové hřiště TJ Lokomotiva Borohrádek, kde bude soutěž probíhat.**

**Hrací systém:** Hru hrají vždy 2 hráči na 3 kola – vítěz získá bod (možné výsledky: 2:1, 3:0). **Vítězové postupují dále (musí zůstat na hřišti), poražení končí (mohou odejít plnit další disciplíny).**

**Pravidla:** Hra začíná losováním - vítěz zahajuje hru. Položí na zem obruč (tj. místo, odkud se bude házet - **postaví se do ní oběma nohama**) a hází košonek. Obruč nesmí opustit, dokud košonek nedopadne na zem. **Pak vstoupí do kruhu druhý hráč a hází svou kouli. Pak hází první hráč svoji.** Dál pokračuje ten hráč, jehož koule skončila **dále od košonku než koule soupeře, a hází tak dlouho, dokud se mu nepodaří umístit kouli blíže košonku než soupeř.** Každý z hráčů má 3 koule pro každé kolo. Jestliže jeden z hráčů vyčerpá všechny 3 koule, pak soupeř odhází své zbývající koule. **Vítěz prvního kola získává 1 bod a umísťuje obruč na libovolné místo v hřišti a hází košonek – je zahájeno 2. kolo.** Podle stejných pravidel probíhá druhé a třetí kolo.

## Ruské kuželky

### Místo

areál ZŠ T. G. Masaryka – multifunkční hřiště

### Začátek

v 10 hodin

**Soutěží se bez zařazení do věkových kategorií**

### Systém hry

Hrají se 3 kola bezprostředně za sebou a v každém kole 3 hody (v jednotlivých kolech se kuželky nestaví, až po 3 hodech). Pro každé kolo se staví kuželky do základní pozice. Každá kuželka má svou bodovou hodnotu. Součty bodů v každém kole se zaznamenávají do výsledkové listiny a součtem bodů všech 3 kol vznikne konečný výsledek.

### Zkušební hod

Každý hráč má možnost 1 zkušebního hodu do základní pozice kuželek. Hodnota těchto sražených kuželek se zaznamenává, ale **nezapočítává** do výsledku. Použije se pouze v případě rovnosti bodů na prvních 3 místech.

### Základní pravidla

Ruské kuželky se hrají zásadně z levé či pravé strany kuželníku (z pohledu do konstrukce závěsu koule). Kuželky se srážejí z pohledu hráče odzadu dopředu – koule tedy opisuje oblouk. Směrem od hráče dozadu **nesmí** být sražena žádná kuželka. Platně sražené kuželky jsou jen ty, které koule srazí při návratu směrem k hráči. Je-li kuželka sražena špatně, je **ihned rozhodčím odstraněna** z hracího pole a do výsledku jsou započítávány jen ty kuželky, které jsou sraženy správně.

**Místa odhodu** budou na zemi vyznačena, rovněž tak hodnoty jednotlivých kuželek. Při návratu koule musí hráč při sražení, ale i nesražení kuželek zachytit kouli (jinak může dojít k pokácení zbylých kuželek a je ztížené počítání)

**Všechny sražené kuželky = 28 bodů**

## Stolní tenis

### Místo

hala ZŠ T. G. Masaryka

### Začátek

v 10 hodin

**Soutěží se ve věkových kategoriích: SP, I., II., III.**

### Systém hry

Hraje se s **míčky bílé barvy**. Z toho důvodu **musí** být dres hráče odlišné barvy.

### Kategorie: (ženy i muži)

- STP – do 60 let
- STA – 61 – 70 let
- STB – 71 – 80 let
- STC – nad 80 let

**Povinnost:** Prosíme, aby se všichni přihlášení hráči dostavili do haly ZŠ T. G. Masaryka **v 10 hodin**.

**Upozorňuji, že po vyhlášení nástupu k zápasu rozhodčím, musí tak hráči učinit do 5 minut. Pokud se některý hráč po vyhlášení nástupu k zápasu nedostaví do 5 minut, vyhraje kontumačně jeho soupeř (2:0).**

**Počet stolů:** 3.

**Základní pravidla:** Hraje se na 2 vítězné sady (př. 2:0, 2:1). Sadu vyhraje ten hráč, který první získá **11 bodů**, s výjimkou, kdy oba hráči dosáhnou skóre 10:10. Potom vyhraje ten hráč, který první získá vedení o **2 body**.

**Volba podání:** Losuje se. Podání se mění vždy po 2 bodech.

**Změna stran:** Po sadě se mění strana. Hraje-li se 3. sada, hráči si vymění stranu, jakmile jeden z nich dosáhne **5 bodů**.

**Podání:** Podávající hráč nadhodí míček min. 16 cm vysoko z natažené dlaně volné ruky a bez rotace zahraje servis. Podává se za koncovou čarou stolu. Dotkne-li se při podání míček sítě, nařídí rozhodčí „nový míč“.

**Nastane-li chyba nesprávnou změnou podání a příjmu,** rozhodčí hru po dohrání míčku přeruší a postavení hráčů opraví. **Body dosažené před zjištěním omylu se vždy započítávají.**

**Systém hry:** Při počtu hráčů do 5 se bude hrát ve skupině každý s každým a dle výsledků bude určeno 1., 2. a 3. místo.

**Při počtu hráčů od 6 sportovců** budou připraveny tabulky, kde hráči budou rozděleni do skupin se snahou, aby se v jedné skupině nesetkali hráči stejné seniorské organizace.

**Z toho důvodu je důležité, aby se přihlášení hráči dostavili v plném počtu (pokud to ze závažných důvodů nebude možné, je potřeba zajistit náhradu ve stejné věkové kategorii).**

## Střelba na florbalovou branku

### Místo

areál ZŠ T. G. Masaryka – multifunkční hřiště

### Začátek

v 10:00 hodin

**Soutěží se bez zařazení do věkových kategoriích**

**Základní pravidla:** Střelba se provádí na florbalovou branku (rozměry: šířka 160 cm, výška 115 cm) rozdělenou vodorovně ve **výšce 50 cm a 90 cm** provázkem na **tři části (spodní, střední a vrchní)** ze dvou vzdáleností - **1. vzdálenost je 3 m a 2. vzdálenost je 5 m**. Každý soutěžící má k dispozici **6 míčků (pokusů)**, tři pro každou vzdálenost. První rána z každé vzdálenosti je zkušební a započítává se pouze v případě rovnosti bodů na prvních 3 místech.

**Hodnocení:** Z 1. vzdálenosti trefená část spodní je za 1 bod, střední je za 2 body a vrchní je za 3 body. Z 2. vzdálenosti trefená část spodní je za 2 body, střední za 4 body a vrchní je za 6 bodů. Po odehrání všech míčků se sčítají dosažené body ze všech pokusů.

## Střelba ze vzduchovky

### Místo

areál sokolovny Borohrádek (asfaltová plocha)

### Začátek

v 9:30 hodin

Soutěží se bez zařazení do věkových kategorií

### System hry

K dispozici budou 4 střelecké úseky.

**Střelba:** Každý soutěžící obdrží 2 terče – s červeným označením bude pro 3 rány zkušebního výstřelu, neoznačený pro 5 soutěžních ran.

**Rozhodčí:** Vyznačí na soutěžním terči výsledek a sportovec si výsledek podepíše. Zkušební rány se započítají pouze v případě rovnosti bodů na prvních 3 místech.

## Šípky

### Místo

Církevní základní škola (tělocvična)

### Začátek

v 10:00 hodin

Soutěží se bez zařazení do věkových kategorií

### System hry

K dispozici budou tři terče.

**Sportoviště:** Vzdálenost terče od odhodové čáry je 237 cm.

**Střed terče je 173 cm od země.**

**Každý obdrží 10 šipek, z toho 3 má na zkušební hod (ten se zaznamenává, ale nezapočítává – použije se pouze v případě rovnosti bodů na prvních 3 místech - lepší skóre rozhodne o pořadí.**

- bude se soutěžit v jednom kole – všech 7 hodů s 7 šípkami
- každý hráč se snaží dosáhnout co nejvyššího počtu bodů (dle vyznačených hodnot na terči)
- při hodu nesmí hráč překročit čáru odhodu
- hodí-li hráč šipku mimo terč, je **hod považován za uskutečněný**
- **šípky z terče, po spočítání bodů rozhodčím, vytahuje hráč, který házel, a předá je dalšímu hráči (7 ks)**
- terč je rozdělen na segmenty (1-20) určené hodnoty. Při zásahu do **jednoduchého pole** je počet bodů stejný jako číslo segmentu
- **zásah do vnitřního středového kruhu = 50 bodů**
- **zásah do vnějšího středového kruhu = 25 bodů**
- **zásah do 2. mezikruží (double) = dvojnásobek čísla segmentu**
- **zásah do 3. mezikruží = trojnásobek čísla segmentu**

Na závěr podepíše soutěžící soutěžní listinu, ve které jsou zaznamenány jím dosažené výsledky jednotlivých hodů.

## Týmové soutěže

Týmových soutěží se zúčastní družstva sportovců sestavená z přihlášených seniorů, družstva se nerozdělují do věkových kategorií.

### Nohejbal

#### Místo

víceúčelový sportovní areál – tenisový kurt

#### Začátek

v 9:30 hodin

#### Systém hry: hrají tříčlenná družstva (max. jedna žena)

Do 5 přihlášených družstev bude hrát každé družstvo s každým a dle výsledků se určí pořadí. Od 6 přihlášených družstev se rozlosují družstva do skupin. Ve skupině bude hrát každý s každým. Při dvou skupinách postoupí do semifinále první dvě družstva, při více skupinách postoupí vždy první družstvo ze skupiny.

**Hra:** Hraje se na 2 vítězné sety do 10 bodů (set končí, pokud jedno družstvo dosáhne 10 bodů). Pokud bude po dvou setech nerozhodný stav (1:1), hraje se třetí rozhodující set od stavu 5:5. Dle počtu přihlášených družstev a časových možností bude třeba nutné udělat menší změny – o tom budou všichni instruováni při nástupu na hřiště.

**Losování:** Před zahájením hry se losuje o podání a o výběr strany hřiště. Zrovna tak před zahájením 3. sady.

**Počítání bodů v základní skupině:** Za vítězství 2:0 získá družstvo 2 body, poražení 0 bodů. Při vítězství 2:1 získá vítězné družstvo 2 body, poražení 1 bod. Pokud dojde v základní skupině k rovnosti bodů, rozhodují o pořadí následující kritéria v pořadí: vzájemný zápas, počet vyhraných utkání.

**Systém hry:** Pokud bude přihlášeno do 5 družstev, bude se hrát jen jedna skupina – systémem každý s každým a dle výsledků se vyhodnotí 3 vítězná družstva. Pokud bude více přihlášených družstev, bude se hrát ve skupinách, a to:

Při dvou skupinách postoupí do semifinále z každé skupiny 2 nejlepší družstva a nastoupí:

- 1. družstvo skupiny A proti 2. družstvo skupiny B
- 2. družstvo skupiny A proti 1. družstvo skupiny B.

Vítězové sehrají finálové utkání o 1. a 2. místo, poražení o 3. a 4. místo

Při více skupinách budou postupovat ze skupiny družstva, která se umístila na prvním místě. Každé z těchto družstev bude nasazeno do semifinále. O nasazení se bude losovat.

#### Některá další pravidla:

- ✓ podání nemusí být křížem
- ✓ hraje se na 3 (míč může 3 x dopadnout na zem, ale pouze do hřiště. Dopadne-li míč mimo hřiště, získává bod soupeř).
- ✓ Škrtne-li míč při podání o síť, počítá se jako chybný a bod získává družstvo, které je na příjmu.

**Povinnost:** Prosíme, aby se všichni přihlášení hráči dostavili na hřiště v 9:30 hod.

**Nenastoupí-li družstvo k zápasu do 5 min. od vyhlášení, kontumačně prohraje 2:0. Teprve pokud nepostoupíte do semifinálových bojů, můžete ze hřiště odejít a věnovat se dalším sportům.**

### Přehazovaná smíšená družstva

#### Místo

víceúčelový sportovní areál - volejbalové hřiště

#### Začátek

v 9:30 hodin

## **Smíšená družstva – soutěž tříčlenných družstev (dvě ženy, jeden muž)**

**Sít:** Horní okraj sítě měřený ve středu hřiště je **210 cm**

**Rozměry hřiště:** 9 x 9 m (polovina 9 x 4,5 m).

**Počet hráčů či hráček:** 3 + možnost mít až 3 náhradníky, jména členů družstva nahlásí kapitáni na sportovišti rozhodčímu.

**Míč:** Volejbalový.

**Úbor:** Družstvo by mělo mít alespoň trička stejné barvy, na nichž bude připevněno startovní číslo soutěžícího.

**Chování na hřišti:** Všichni hráči jsou povinni dodržovat pravidla hry a musí se na sportovišti chovat ohleduplně a ukázněně. Dle rozhodnutí hlavního rozhodčího se nevhodné chování řeší napomenutím nebo ztrátou bodu a zvláště závažné nevhodné chování vyloučením ze hry.

**Volba stran a podání:** Před zahájením hry se provádí losování mincí. Kdo vyhraje los, volí stranu nebo podání. Druhé družstvo, pokud si vítězné družstvo zvolí podání, si může zvolit stranu. Pokud si družstvo, které vyhrálo los, zvolí stranu, pak druhé družstvo první servíruje.

**Změna stran:** Po každé sadě se mění strana hřiště, při třetí sadě se losuje.

**Postavení hráčů:** Hráči jsou ve svém poli rozmístěni libovolně tak, aby pokryli celou plochu své poloviny. Posunem ve směru hodinových ručiček se po každém získaném bodu svého družstva střídavě dostávají k servírování, ale též se střídají ve svých pozicích v poli (vpravo, vlevo, střed).

**Systém hry:** Hraje se na dva vítězné sety. Družstvo, které dosáhne jako první 10 bodů, vyhrává sadu. Pokud každé družstvo vyhraje 1 sadu, bude se hrát třetí, rozhodující a vítězná sada, a to od základního stavu 5 : 5 do konečného dosažení 10 bodů (výsledek pak bude 1:2, nebo 2:1).

Do 5 přihlášených družstev se bude hrát jedna skupina systémem každý s každým, z čehož vyplyne konečné pořadí. Od 6 ti přihlášených družstev se bude hrát ve skupinách. Z těch se bude postupovat do semifinále. Při dvou skupinách postoupí z každé skupiny 2 družstva, při více skupinách postoupí z každé skupiny 1 družstvo.

**Upozornění:** Teprve v tomto okamžiku mohou družstva a jejich hráči, pokud nepostupují, opustit sportoviště. Vítězové tedy zůstávají k sehrání semifinálových a následně finálových zápasů.

**Čekací lhůta:** Od vyzvání družstva k nastoupení k zápasu je nejdelší čekací lhůtou pouze 5 minut. Pokud v této době družstvo nenastoupí k zápasu, prohraje kontumačně 2:0.

Před zahájením a při ukončení zápasu se obě družstva postaví na svou základní čáru a vzájemně se pozdraví (je možný i pokřik).

### **Základní pravidla**

- 1) V poli si mohou hráči přihrávat, ale třetí míč musí být přehozen k soupeři (nikoliv odbit).
- 2) S míčem se mohou udělat pouze 3 kroky, nesmí se s ním běžet.
- 3) Míče se mohou pouze přihrávat a přehazovat, nemohou se odbíjet, a to ani při servisu nebo smečování.
- 4) Servis a smeč se mohou hrát jednoruč i obouruč (spodním i vrchním obloukem).
- 5) Dotek míče o síť, jak při servírování, tak i při samotné hře, není závadou.
- 6) Pokud míč současně chytí 2 hráči, pak může být provedena už jen jedna přihrávka a poté musí míč přes síť.
- 7) Dotek sítě hráčem (kdekoliv, t.j. při smeči nebo dole apod.) je chyba a píská se.
- 8) Hráč nesmí hrát míč 2 x za sebou. Píská se jako chyba.
- 9) Míč musí být odehrán do 3 sec.

**Střídání hráčů:** Střídání hráče je možné kdykoliv, ale pouze v době, kdy je hra přerušena rozhodčím pro chybu kteréhokoliv družstva. Střídající a střídaný ohlásí svůj odchod či příchod na hřiště zvednutím ruky

a ústně. Pokud by na hřišti zůstal střídaný i střídající, je to chyba družstva a ztrácí bod. Ve hře se pokračuje po písknutí rozhodčím.

## Člunkový běh družstev s pěnovým míčkem na raketě

### Místo

tělocvična ZŠ T. G. Masaryka

### Začátek

v 10 hodin

**Hřiště:** Rozměry hřiště 8 x 12 m

**Počet hráčů:** 3 (tříčlenná smíšená družstva)

### Hra

Každé družstvo má jeden soutěžní pokus.

Každý člen družstva absolvuje svůj vymezený úsek pouze jednou.

Za nahlášeného člena štafety nesmí běžet jiný účastník a žádný závodník nesmí běžet opakovaně.

Cílem disciplíny je co nejrychleji absolvovat vyznačenou trať (označenou kužely, dle plánu) formou člunkového běhu.

Závodník běží s raketou na líný tenis v ruce, na které je volně položen pěnový míček určený pro tento sport.

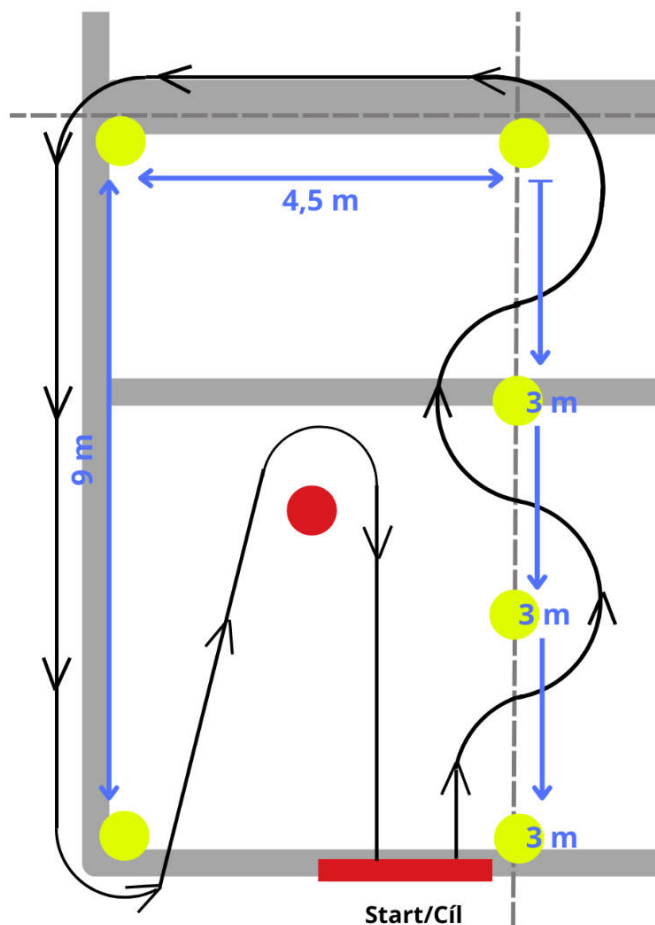
Úkolem družstva je dosáhnout co nejkratšího celkového času, přičemž míček musí zůstat na raketě.

Pokud míček z rakety spadne, závodník jej na místě, kde k pádu došlo, zvedne, položí zpět na raketu a pokračuje v běhu. Míček se nesmí přenášet v ruce ani jinak zajišťovat. Pokud závodník neoběhne vyznačenou metu nebo opustí vyznačenou dráhu, bude rozhodčím vrácen na místo chyby, odkud pokračuje v závodě.

Závodníci běží jednotlivě a raketu s míčkem si štafetově předávají.

Předání rakety s míčkem je povoleno výhradně za startovní čarou. Je zakázáno vybíhat předčasně nebo přebírat raketu před startovní čarou. V případě porušení tohoto pravidla bude družstvo zastaveno rozhodčím a vráceno k opakování předání za startovní čarou.

Družstvu se měří jeden společný čas, který zahrnuje absolvování celé trasy všemi třemi členy družstva dle plánu trati. O konečném pořadí rozhoduje nejkratší dosažený čas.



# V Borohrádku 11. března 2026

(verze 1.1)