



Česká asociace Sport pro všechny
Pardubická KASPV, z.s. a RCSPV Pardubice

vyhlašuje

Krajské kolo soutěže v zimním čtyřboji

- Pořadatel :** KASPV Pardubice ve spolupráci s RCSPV Pardubice
Termín: sobota **15. února 2025** od 9:30
Prezence: 8:30 – 9:30 hod.
Místo konání: tělocvična ZŠ Dubina - Pardubice
Přihlášky: **e-mailem do 11. února 2025**
na adresu pardubicky@caspv.cz
Na přihlášce musí být vždy uvedeno jméno a příjmení závodníka, datum narození a kategorie, ve které hodlá startovat.
- Startovné:** 80,- Kč za účastníka pro členy ČASPV
130,- Kč za účastníka pro nečleny ČASPV
- Cestovné:** KASPV **nehradí cestovné**
- Kategorie:**
- | | | |
|-----|-------------------|------------------------|
| 1. | mladší žákyně I | rok nar. 2016 a mladší |
| 2. | mladší žákyně II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 3. | starší žákyně I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 4. | starší žákyně II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 5. | mladší žáci I | rok nar. 2016 a mladší |
| 6. | mladší žáci II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 7. | starší žáci I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 8. | starší žáci II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 9. | dorostenky a ženy | rok nar. 2009 a starší |
| 10. | dorostenci a muži | rok nar. 2009 a starší |
- Discipliny:** šplh (4,5 m), skok z místa, člunkový běh, hod na koš
vložený závod ve skákání přes švihadlo

Všeobecná ustanovení:

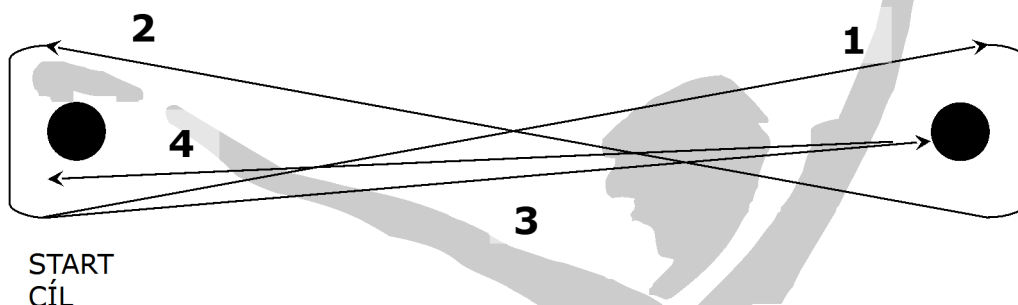
- Hodnocení jednotlivých disciplín se provádí podle tabulek KASPV Pardubice nebo podle ustanovení tohoto rozpisu
- Protesty může podávat pouze vedoucí poškozeného závodníka, a to písemně s vkladem 100 Kč, který v případě neoprávněného protestu propadá ve prospěch KA.
- Propozice je možné rovněž nalézt na internetové adrese
<http://www.caspv.cz/cz/kraje-kaspv/pardubicka-kaspv/kalendar-akci/>

Popis disciplín

Šplh na tyči: 4,5 m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší)

Skok z místa: dva pokusy po sobě, delší se hodnotí
provedení: odraz snožmo - doskok na obě nohy.

Člunkový běh: 4×10m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší). Na povel vybíhá od startovní mety, oběhne přední metu z levé strany a vrací se ke startovní metě, kterou oběhne z pravé strany a pokračuje znovu k přední metě (proběhnutá dráha mezi druhým a třetím úsekem tvoří tedy osmičku). Na konci třetího úseku již přední metu neobíhá, jen se jí dotkne rukou a vrací se zpět ke startovní metě.



Hod na koš: mladší žáci a žákyně I

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč volejbalový

mladší žáci a žákyně II

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč minibasketbalový

starší žáci a žákyně I

výška koše standardní (3,05 m)
vzdálenost 4 m od desky
míč na košíkovou

starší žáci a žákyně II

výška koše standardní
vzdálenost 5 m od desky
míč na košíkovou

Každý soutěžící má celkem 5 pokusů. Dosažený koš = 10 bodů, zásah koše (obroučky) z vrchu = 5 bodů.

U kategorií staršího žactva je povoleno pouze házení vrchem. Výskok bez přešlapu je možný.



Česká asociace Sport pro všechny
Pardubická KASPV, z.s. a RCSPV Pardubice

vyhlašuje

Krajské kolo soutěže v zimním čtyřboji

- Pořadatel :** KASPV Pardubice ve spolupráci s RCSPV Pardubice
Termín: sobota **15. února 2025** od 9:30
Prezence: 8:30 – 9:30 hod.
Místo konání: tělocvična ZŠ Dubina - Pardubice
Přihlášky: **e-mailem do 11. února 2025**
na adresu pardubicky@caspv.cz
Na přihlášce musí být vždy uvedeno jméno a příjmení závodníka, datum narození a kategorie, ve které hodlá startovat.
- Startovné:** 80,- Kč za účastníka pro členy ČASPV
130,- Kč za účastníka pro nečleny ČASPV
Cestovné: KASPV **nehradí cestovné**
- Kategorie:**
- | | | |
|-----|-------------------|------------------------|
| 1. | mladší žákyně I | rok nar. 2016 a mladší |
| 2. | mladší žákyně II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 3. | starší žákyně I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 4. | starší žákyně II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 5. | mladší žáci I | rok nar. 2016 a mladší |
| 6. | mladší žáci II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 7. | starší žáci I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 8. | starší žáci II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 9. | dorostenky a ženy | rok nar. 2009 a starší |
| 10. | dorostenci a muži | rok nar. 2009 a starší |
- Discipliny:** šplh (4,5 m), skok z místa, člunkový běh, hod na koš
vložený závod ve skákání přes švihadlo

Všeobecná ustanovení:

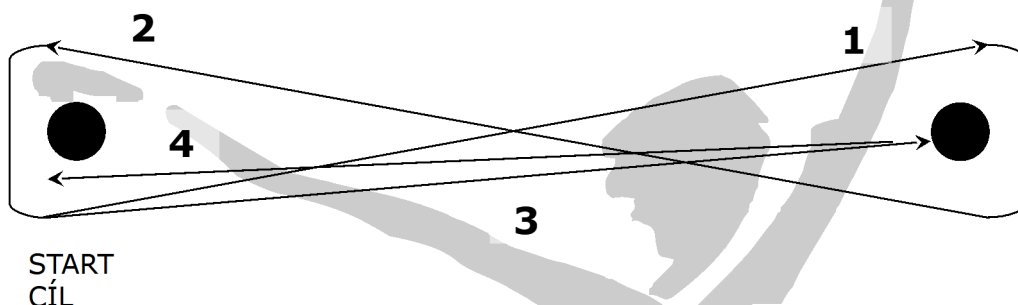
- Hodnocení jednotlivých disciplín se provádí podle tabulek KASPV Pardubice nebo podle ustanovení tohoto rozpisu
- Protesty může podávat pouze vedoucí poškozeného závodníka, a to písemně s vkladem 100 Kč, který v případě neoprávněného protestu propadá ve prospěch KA.
- Propozice je možné rovněž nalézt na internetové adrese
<http://www.caspv.cz/cz/kraje-kaspv/pardubicka-kaspv/kalendar-akci/>

Popis disciplín

Šplh na tyči: 4,5 m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší)

Skok z místa: dva pokusy po sobě, delší se hodnotí
provedení: odraz snožmo - doskok na obě nohy.

Člunkový běh: 4×10m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší). Na povel vybíhá od startovní mety, oběhne přední metu z levé strany a vrací se ke startovní metě, kterou oběhne z pravé strany a pokračuje znovu k přední metě (proběhnutá dráha mezi druhým a třetím úsekem tvoří tedy osmičku). Na konci třetího úseku již přední metu neobíhá, jen se jí dotkne rukou a vrací se zpět ke startovní metě.



Hod na koš: mladší žáci a žákyně I

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč volejbalový

mladší žáci a žákyně II

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč minibasketbalový

starší žáci a žákyně I

výška koše standardní (3,05 m)
vzdálenost 4 m od desky
míč na košíkovou

starší žáci a žákyně II

výška koše standardní
vzdálenost 5 m od desky
míč na košíkovou

Každý soutěžící má celkem 5 pokusů. Dosažený koš = 10 bodů, zásah koše (obroučky) z vrchu = 5 bodů.

U kategorií staršího žactva je povoleno pouze házení vrchem. Výskok bez přešlapu je možný.



Česká asociace Sport pro všechny
Pardubická KASPV, z.s. a RCSPV Pardubice

vyhlašuje

Krajské kolo soutěže v zimním čtyřboji

- Pořadatel :** KASPV Pardubice ve spolupráci s RCSPV Pardubice
Termín: sobota **15. února 2025** od 9:30
Prezence: 8:30 – 9:30 hod.
Místo konání: tělocvična ZŠ Dubina - Pardubice
Přihlášky: **e-mailem do 11. února 2025**
na adresu pardubicky@caspv.cz
Na přihlášce musí být vždy uvedeno jméno a příjmení závodníka, datum narození a kategorie, ve které hodlá startovat.
- Startovné:** 80,- Kč za účastníka pro členy ČASPV
130,- Kč za účastníka pro nečleny ČASPV
- Cestovné:** KASPV **nehradí cestovné**
- Kategorie:**
- | | | |
|-----|-------------------|------------------------|
| 1. | mladší žákyně I | rok nar. 2016 a mladší |
| 2. | mladší žákyně II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 3. | starší žákyně I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 4. | starší žákyně II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 5. | mladší žáci I | rok nar. 2016 a mladší |
| 6. | mladší žáci II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 7. | starší žáci I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 8. | starší žáci II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 9. | dorostenky a ženy | rok nar. 2009 a starší |
| 10. | dorostenci a muži | rok nar. 2009 a starší |
- Discipliny:** šplh (4,5 m), skok z místa, člunkový běh, hod na koš
vložený závod ve skákání přes švihadlo

Všeobecná ustanovení:

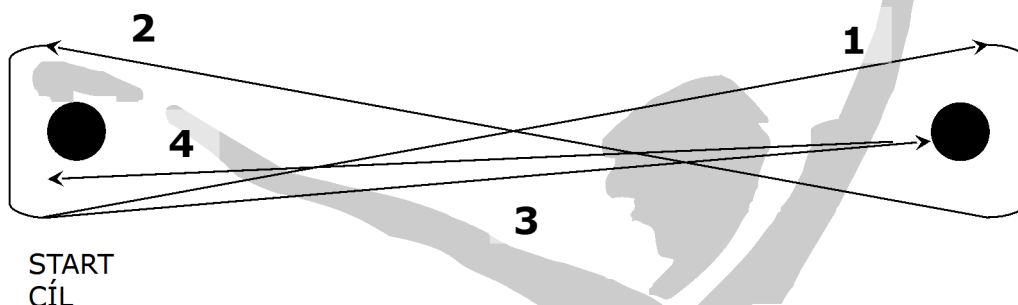
- Hodnocení jednotlivých disciplín se provádí podle tabulek KASPV Pardubice nebo podle ustanovení tohoto rozpisu
- Protesty může podávat pouze vedoucí poškozeného závodníka, a to písemně s vkladem 100 Kč, který v případě neoprávněného protestu propadá ve prospěch KA.
- Propozice je možné rovněž nalézt na internetové adrese
<http://www.caspv.cz/cz/kraje-kaspv/pardubicka-kaspv/kalendar-akci/>

Popis disciplín

Šplh na tyči: 4,5 m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší)

Skok z místa: dva pokusy po sobě, delší se hodnotí
provedení: odraz snožmo - doskok na obě nohy.

Člunkový běh: 4×10m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší). Na povel vybíhá od startovní mety, oběhne přední metu z levé strany a vrací se ke startovní metě, kterou oběhne z pravé strany a pokračuje znovu k přední metě (proběhnutá dráha mezi druhým a třetím úsekem tvoří tedy osmičku). Na konci třetího úseku již přední metu neobíhá, jen se jí dotkne rukou a vrací se zpět ke startovní metě.



Hod na koš: mladší žáci a žákyně I

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč volejbalový

mladší žáci a žákyně II

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč minibasketbalový

starší žáci a žákyně I

výška koše standardní (3,05 m)
vzdálenost 4 m od desky
míč na košíkovou

starší žáci a žákyně II

výška koše standardní
vzdálenost 5 m od desky
míč na košíkovou

Každý soutěžící má celkem 5 pokusů. Dosažený koš = 10 bodů, zásah koše (obroučky) z vrchu = 5 bodů.

U kategorií staršího žactva je povoleno pouze házení vrchem. Výskok bez přešlapu je možný.



Česká asociace Sport pro všechny
Pardubická KASPV, z.s. a RCSPV Pardubice

vyhlašuje

Krajské kolo soutěže v zimním čtyřboji

- Pořadatel :** KASPV Pardubice ve spolupráci s RCSPV Pardubice
Termín: sobota **15. února 2025** od 9:30
Prezence: 8:30 – 9:30 hod.
Místo konání: tělocvična ZŠ Dubina - Pardubice
Přihlášky: **e-mailem do 11. února 2025**
na adresu pardubicky@caspv.cz
Na přihlášce musí být vždy uvedeno jméno a příjmení závodníka, datum narození a kategorie, ve které hodlá startovat.
- Startovné:** 80,- Kč za účastníka pro členy ČASPV
130,- Kč za účastníka pro nečleny ČASPV
Cestovné: KASPV **nehradí cestovné**
- Kategorie:**
- | | | |
|-----|-------------------|------------------------|
| 1. | mladší žákyně I | rok nar. 2016 a mladší |
| 2. | mladší žákyně II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 3. | starší žákyně I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 4. | starší žákyně II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 5. | mladší žáci I | rok nar. 2016 a mladší |
| 6. | mladší žáci II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 7. | starší žáci I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 8. | starší žáci II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 9. | dorostenky a ženy | rok nar. 2009 a starší |
| 10. | dorostenci a muži | rok nar. 2009 a starší |
- Discipliny:** šplh (4,5 m), skok z místa, člunkový běh, hod na koš
vložený závod ve skákání přes švihadlo

Všeobecná ustanovení:

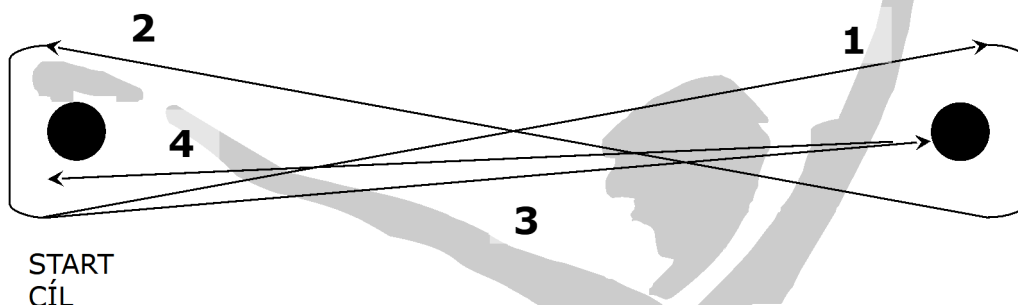
- Hodnocení jednotlivých disciplín se provádí podle tabulek KASPV Pardubice nebo podle ustanovení tohoto rozpisu
- Protesty může podávat pouze vedoucí poškozeného závodníka, a to písemně s vkladem 100 Kč, který v případě neoprávněného protestu propadá ve prospěch KA.
- Propozice je možné rovněž nalézt na internetové adrese
<http://www.caspv.cz/cz/kraje-kaspv/pardubicka-kaspv/kalendar-akci/>

Popis disciplín

Šplh na tyči: 4,5 m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší)

Skok z místa: dva pokusy po sobě, delší se hodnotí
provedení: odraz snožmo - doskok na obě nohy.

Člunkový běh: 4×10m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší). Na povel vybíhá od startovní mety, oběhne přední metu z levé strany a vrací se ke startovní metě, kterou oběhne z pravé strany a pokračuje znovu k přední metě (proběhnutá dráha mezi druhým a třetím úsekem tvoří tedy osmičku). Na konci třetího úseku již přední metu neobíhá, jen se jí dotkne rukou a vrací se zpět ke startovní metě.



Hod na koš: mladší žáci a žákyně I

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč volejbalový

mladší žáci a žákyně II

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč minibasketbalový

starší žáci a žákyně I

výška koše standardní (3,05 m)
vzdálenost 4 m od desky
míč na košíkovou

starší žáci a žákyně II

výška koše standardní
vzdálenost 5 m od desky
míč na košíkovou

Každý soutěžící má celkem 5 pokusů. Dosažený koš = 10 bodů, zásah koše (obroučky) z vrchu = 5 bodů.

U kategorií staršího žactva je povoleno pouze házení vrchem. Výskok bez přešlapu je možný.



Česká asociace Sport pro všechny
Pardubická KASPV, z.s. a RCSPV Pardubice

vyhlašuje

Krajské kolo soutěže v zimním čtyřboji

- Pořadatel :** KASPV Pardubice ve spolupráci s RCSPV Pardubice
Termín: sobota **15. února 2025** od 9:30
Prezence: 8:30 – 9:30 hod.
Místo konání: tělocvična ZŠ Dubina - Pardubice
Přihlášky: **e-mailem do 11. února 2025**
na adresu pardubicky@caspv.cz
Na přihlášce musí být vždy uvedeno jméno a příjmení závodníka, datum narození a kategorie, ve které hodlá startovat.
- Startovné:** 80,- Kč za účastníka pro členy ČASPV
130,- Kč za účastníka pro nečleny ČASPV
- Cestovné:** KASPV **nehradí cestovné**
- Kategorie:**
- | | | |
|-----|-------------------|------------------------|
| 1. | mladší žákyně I | rok nar. 2016 a mladší |
| 2. | mladší žákyně II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 3. | starší žákyně I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 4. | starší žákyně II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 5. | mladší žáci I | rok nar. 2016 a mladší |
| 6. | mladší žáci II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 7. | starší žáci I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 8. | starší žáci II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 9. | dorostenky a ženy | rok nar. 2009 a starší |
| 10. | dorostenci a muži | rok nar. 2009 a starší |
- Discipliny:** šplh (4,5 m), skok z místa, člunkový běh, hod na koš
vložený závod ve skákání přes švihadlo

Všeobecná ustanovení:

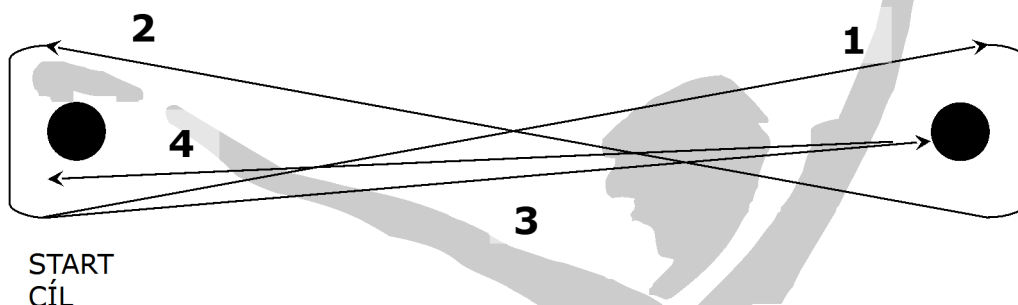
- Hodnocení jednotlivých disciplín se provádí podle tabulek KASPV Pardubice nebo podle ustanovení tohoto rozpisu
- Protesty může podávat pouze vedoucí poškozeného závodníka, a to písemně s vkladem 100 Kč, který v případě neoprávněného protestu propadá ve prospěch KA.
- Propozice je možné rovněž nalézt na internetové adrese
<http://www.caspv.cz/cz/kraje-kaspv/pardubicka-kaspv/kalendar-akci/>

Popis disciplín

Šplh na tyči: 4,5 m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší)

Skok z místa: dva pokusy po sobě, delší se hodnotí
provedení: odraz snožmo - doskok na obě nohy.

Člunkový běh: 4×10m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší). Na povel vybíhá od startovní mety, oběhne přední metu z levé strany a vrací se ke startovní metě, kterou oběhne z pravé strany a pokračuje znovu k přední metě (proběhnutá dráha mezi druhým a třetím úsekem tvoří tedy osmičku). Na konci třetího úseku již přední metu neobíhá, jen se jí dotkne rukou a vrací se zpět ke startovní metě.



Hod na koš: mladší žáci a žákyně I

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč volejbalový

mladší žáci a žákyně II

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč minibasketbalový

starší žáci a žákyně I

výška koše standardní (3,05 m)
vzdálenost 4 m od desky
míč na košíkovou

starší žáci a žákyně II

výška koše standardní
vzdálenost 5 m od desky
míč na košíkovou

Každý soutěžící má celkem 5 pokusů. Dosažený koš = 10 bodů, zásah koše (obroučky) z vrchu = 5 bodů.

U kategorií staršího žactva je povoleno pouze házení vrchem. Výskok bez přešlapu je možný.



Česká asociace Sport pro všechny
Pardubická KASPV, z.s. a RCSPV Pardubice

vyhlašuje

Krajské kolo soutěže v zimním čtyřboji

- Pořadatel :** KASPV Pardubice ve spolupráci s RCSPV Pardubice
Termín: sobota **15. února 2025** od 9:30
Prezence: 8:30 – 9:30 hod.
Místo konání: tělocvična ZŠ Dubina - Pardubice
Přihlášky: **e-mailem do 11. února 2025**
na adresu pardubicky@caspv.cz
Na přihlášce musí být vždy uvedeno jméno a příjmení závodníka, datum narození a kategorie, ve které hodlá startovat.
- Startovné:** 80,- Kč za účastníka pro členy ČASPV
130,- Kč za účastníka pro nečleny ČASPV
- Cestovné:** KASPV **nehradí cestovné**
- Kategorie:**
- | | | |
|-----|-------------------|------------------------|
| 1. | mladší žákyně I | rok nar. 2016 a mladší |
| 2. | mladší žákyně II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 3. | starší žákyně I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 4. | starší žákyně II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 5. | mladší žáci I | rok nar. 2016 a mladší |
| 6. | mladší žáci II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 7. | starší žáci I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 8. | starší žáci II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 9. | dorostenky a ženy | rok nar. 2009 a starší |
| 10. | dorostenci a muži | rok nar. 2009 a starší |
- Discipliny:** šplh (4,5 m), skok z místa, člunkový běh, hod na koš
vložený závod ve skákání přes švihadlo

Všeobecná ustanovení:

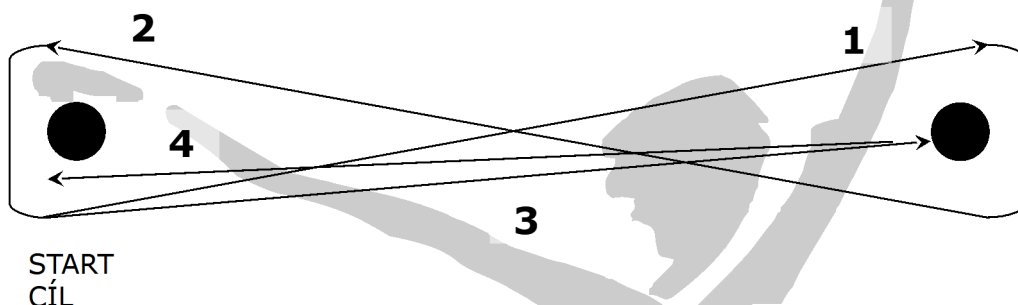
- Hodnocení jednotlivých disciplín se provádí podle tabulek KASPV Pardubice nebo podle ustanovení tohoto rozpisu
- Protesty může podávat pouze vedoucí poškozeného závodníka, a to písemně s vkladem 100 Kč, který v případě neoprávněného protestu propadá ve prospěch KA.
- Propozice je možné rovněž nalézt na internetové adrese
<http://www.caspv.cz/cz/kraje-kaspv/pardubicka-kaspv/kalendar-akci/>

Popis disciplín

Šplh na tyči: 4,5 m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší)

Skok z místa: dva pokusy po sobě, delší se hodnotí
provedení: odraz snožmo - doskok na obě nohy.

Člunkový běh: 4×10m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší). Na povel vybíhá od startovní mety, oběhne přední metu z levé strany a vrací se ke startovní metě, kterou oběhne z pravé strany a pokračuje znovu k přední metě (proběhnutá dráha mezi druhým a třetím úsekem tvoří tedy osmičku). Na konci třetího úseku již přední metu neobíhá, jen se jí dotkne rukou a vrací se zpět ke startovní metě.



Hod na koš: mladší žáci a žákyně I

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč volejbalový

mladší žáci a žákyně II

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč minibasketbalový

starší žáci a žákyně I

výška koše standardní (3,05 m)
vzdálenost 4 m od desky
míč na košíkovou

starší žáci a žákyně II

výška koše standardní
vzdálenost 5 m od desky
míč na košíkovou

Každý soutěžící má celkem 5 pokusů. Dosažený koš = 10 bodů, zásah koše (obroučky) z vrchu = 5 bodů.

U kategorií staršího žactva je povoleno pouze házení vrchem. Výskok bez přešlapu je možný.



Česká asociace Sport pro všechny
Pardubická KASPV, z.s. a RCSPV Pardubice

vyhlašuje

Krajské kolo soutěže v zimním čtyřboji

- Pořadatel :** KASPV Pardubice ve spolupráci s RCSPV Pardubice
Termín: sobota **15. února 2025** od 9:30
Prezence: 8:30 – 9:30 hod.
Místo konání: tělocvična ZŠ Dubina - Pardubice
Přihlášky: **e-mailem do 11. února 2025**
na adresu pardubicky@caspv.cz
Na přihlášce musí být vždy uvedeno jméno a příjmení závodníka, datum narození a kategorie, ve které hodlá startovat.
- Startovné:** 80,- Kč za účastníka pro členy ČASPV
130,- Kč za účastníka pro nečleny ČASPV
Cestovné: KASPV **nehradí cestovné**
- Kategorie:**
- | | | |
|-----|-------------------|------------------------|
| 1. | mladší žákyně I | rok nar. 2016 a mladší |
| 2. | mladší žákyně II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 3. | starší žákyně I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 4. | starší žákyně II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 5. | mladší žáci I | rok nar. 2016 a mladší |
| 6. | mladší žáci II | rok nar. 2014 až 2015 |
| 7. | starší žáci I | rok nar. 2012 až 2013 |
| 8. | starší žáci II | rok nar. 2010 až 2011 |
| 9. | dorostenky a ženy | rok nar. 2009 a starší |
| 10. | dorostenci a muži | rok nar. 2009 a starší |
- Discipliny:** šplh (4,5 m), skok z místa, člunkový běh, hod na koš
vložený závod ve skákání přes švihadlo

Všeobecná ustanovení:

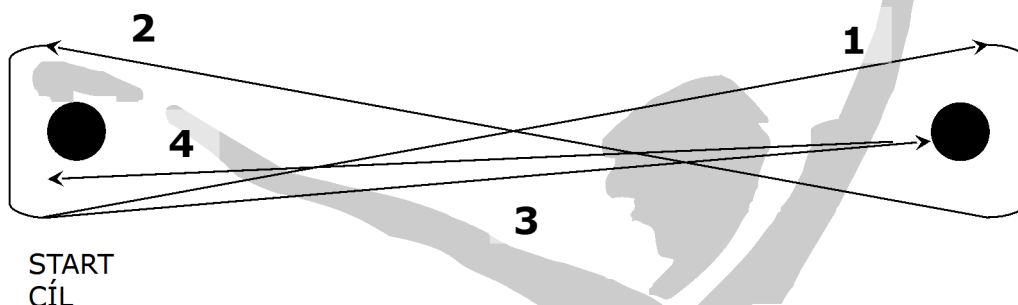
- Hodnocení jednotlivých disciplín se provádí podle tabulek KASPV Pardubice nebo podle ustanovení tohoto rozpisu
- Protesty může podávat pouze vedoucí poškozeného závodníka, a to písemně s vkladem 100 Kč, který v případě neoprávněného protestu propadá ve prospěch KA.
- Propozice je možné rovněž nalézt na internetové adrese
<http://www.caspv.cz/cz/kraje-kaspv/pardubicka-kaspv/kalendar-akci/>

Popis disciplín

Šplh na tyči: 4,5 m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší)

Skok z místa: dva pokusy po sobě, delší se hodnotí
provedení: odraz snožmo - doskok na obě nohy.

Člunkový běh: 4×10m na čas (2 pokusy, hodnotí se lepší). Na povel vybíhá od startovní mety, oběhne přední metu z levé strany a vrací se ke startovní metě, kterou oběhne z pravé strany a pokračuje znovu k přední metě (proběhnutá dráha mezi druhým a třetím úsekem tvoří tedy osmičku). Na konci třetího úseku již přední metu neobíhá, jen se jí dotkne rukou a vrací se zpět ke startovní metě.



Hod na koš: mladší žáci a žákyně I

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč volejbalový

mladší žáci a žákyně II

výška koše 2,5 m
vzdálenost 3 m od desky
míč minibasketbalový

starší žáci a žákyně I

výška koše standardní (3,05 m)
vzdálenost 4 m od desky
míč na košíkovou

starší žáci a žákyně II

výška koše standardní
vzdálenost 5 m od desky
míč na košíkovou

Každý soutěžící má celkem 5 pokusů. Dosažený koš = 10 bodů, zásah koše (obroučky) z vrchu = 5 bodů.

U kategorií staršího žactva je povoleno pouze házení vrchem. Výskok bez přešlapu je možný.