

Moravský zimní žákovský pohár 2025

Oslovené kluby:

- | | |
|--------------------|------------------------|
| 1 LS Brno | 6 TJ Jiskra Otrokovice |
| 2 ČVK Brno | 7 VK Přerov |
| 3 SVK Břeclav | 8 VK Olomouc |
| 4 VK Hodonín | 9 VK Haná |
| VK Morávia Uherské | 10 Perun Ostrava |
| 5 Hradiště | 11 VK Slovácko |

1	Leden	Soutěže na ledu Turnaj v KINBALLu	11.01.2025	Břeclav/Hodonín
2	Únor	Veslařský víceboj	02.02.2025	Hodonín
3	Únor	Soutěže na ledu	22.02.2025	Brno
4	Březen	Plavecká soutěž	08.03.2025	Olomouc
5	Březen	Silová výzva (challenge)	23.03.2025	Uherské Hradiště
6	Duben	Běžecký cross závod RowingRUN	12.04.2025	Otrokovice

Přihlášky (registrovaní veslaři systémem sportis): <https://veslo-frontend.sportis.cz/cs/site/login/>

Případné přihlášky, dohlášky a změny na mail: alexandra.vilimkova@gmail.com / 775 484 885

Startovné: 200 Kč/závodník

Počet startujících: Minimální počet přihlášených závodníků je 60.

Kategorie:

- **Elérové (přípravka) (2015-2016)**
- **Mladší žactvo (2013-2014)**
- **Starší žactvo (2011-2012)**

Společenství: Společenství jsou umožněna pouze v případě, že klub nemůže poskládat vlastní tým.

Složení týmů:

Většinou se jedná o čtyřčlenné týmy. U kategorie **Elérové a Mladší žáci** se nerozlišuje pohlaví, týmy můžou být libovolně složené. U kategorie **Starší žactvo**, budou týmy smíšené – 2 chlapci a 2 děvčata.

Pokud nemá tým možnost poskládat družstvo, může si vzít holky, či kluky z nižších kategorií (mimo Veslařský víceboj v Hodoníně).

! Týmy by na všechny soutěže měly být v základu stejné, tzn. 50 % družstva musí zůstat ve stejném složení. (Za každou změnu bude dáván bodový trest.)

Jednotlivá zastavení a disciplíny:

Celý pohár je brán týmovou formou pro 4členné týmy nebo dvojice. Zaměřený je na všestrannost – rychlost, sílu, vytrvalost(silová), orientace v prostoru, obratnost, taktika, týmovost.

Hodnocení:

Za každé umístění tým získává body do celkového poháru -> ty se sčítají a na konci celého poháru se vyhlásí:

- A. **Nejúspěšnější tým**, který získal v průběhu poháru nejvíce bodů (hlavní)
- B. Klub, který získal v průběhu poháru nejvíce bodů

Každé kolo se budou také jednotlivě vyhlášovat týmy a oceňovat nejlepší tým – možnost vidět bodový zisk a průběžné pořadí bude po každém ukončeném kole poháru.

Systém bodování:

Systém bodování je v podstatě stejný jako u veslařského poháru. Výherce získává 13b do celkového poháru. Druhý tým pak 11 a řada jde dolů až po 1b. Ostatní týmy jsou pro celkový pohár bez bodů.

(v jednání) bodová výzva – Jednorázová možnost získat body a vrátit se tak do boje

1. Hodonín – Hodonínský Veslařský Víceboj

4 veslařské disciplíny – každý z týmu musí splnit všechny disciplíny. Výsledky se sčítají všem.

- pevný trenažer C2 – 200; 500 a 1000 m dle kategorie
- dynamický trenažér RP3 – technická disciplína 4x30/30 sekund
- DUO MIX C2 na slidech – synchronizace, technika 2x60 sekund
- štafeta na C2 – 4 minuty týmové spolupráce, sprint

Garant – Adam Michálek

2. Brno – soutěže na ledě

- závod v rychlobruslení , slalom
- fotbal na ledě – pravidla podobná těm fotbalovým, hraje se s pukem na malé branky (může být lehká úprava pravidel)
- **povinné vybavení (brusle/helma)**

Sportcentrum Lužánky - Hokejová hala dětí a mládeže

Garant – Tomáš Emr

3. Olomouc – plavecké soutěže

- Plavecké štafety – různé styly
- Plavání na nádech - výdrž pod vodou – sčítá se celkový výkon celého týmu

Bazén Šternberk (25m)

Garant Ladislav Slavík

4. Uherské Hradiště - Silový challenge (crossfit)

5 **silových** disciplín, které musí překonat každý z týmu – budou se sčítat výsledky všech členů z týmu.

- Výdrž ve shybu
- Sed-lehy
- Přeskok přes lavičku
- Jacíkův test
- Překvapení organizátora

Garant – Vojta Římák - > přesun na neděli

5. Otrokovice - Běžecký cross závod

Trať musí překonat celý tým společně a počítá se čas posledního doběhnutého člena do cíle.

- překážkový běh RowingRUN
 - Překážky typu přesun pytle s pískem, šplh po překážce a další překážky nebo staré již nepoužívané vesla, torza lodi atd.

Ioděnice TJ Jiskra Otrokovice

Garant – Markéta Solařová