

A VII. Kinizsi Sportnap r észletes programaj ánl ója

Sajt óreferens, 2016 m árcius 22 kedd - 19:18:21

Kedves sportolni vágyó Óvodások, Diákok!**A Kinizsi Pál Gimnázium és Szakközépiskola sok szeretettel meghív benneteket a****7. Kinizsi Nap a Fiatalokért – Sportnap**

rendezvényére, amelynek célja, hogy a városunk és a környező települések általános iskoláinak és középiskolájának tanulói részére tömegsport jellegű mozgási, versenyzési lehetőséget biztosítsunk.

**A program ideje:
2016. március 30. (szerda) 8:00-16:00****Helyszín: Abony**

Varga István Sportcsarnok és műfüves pályája, Abony Város Főtere.

12 sportág egy helyen:

birkózás, futóverseny, akrobatikus torna, asztalitenisz, karate, szivacskezilabda, kézilabda, labdarúgás, kosárlabda, röplabda, lábtoll-labda, lánbtenisz, illetve egyéb szabadidős sportok (Street workout, Zumba, kerékpáros ügyességi verseny, íjászat, katonai akadálypálya) kipróbálási lehetősége vár rátok! Az egyes sportági helyszíneken szakedzők, sportági képviselők, szakemberek, valamint az adott sportág sportolói irányítják a bemutatókat, illetve a kipróbálást. Labdajátékoknál ügyességi feladatokkal, illetve mini tornával, egyéni sportágakban pedig közös edzéseken, egyéni kipróbálási lehetőséggel várjuk a diákokat!

A szervezők a változtatás jogát fenntartják!

Reméljük, minél nagyobb létszámban találkozhatunk veletek rendezvényünkön, ahol egy tartalmas sportnapon vehettek részt kísérőitekkel együtt!

A jelentkezéshez szükséges Regisztrációs lapokat megtaláljátok testnevelő tanáraitoknál.

Információ:

Kinizsi Pál Gimnázium és Szakközépiskola
Vigh Krisztián, testnevelő

Tel.: +36/53/360-071 Email: sportnapvalaszt@gmail.com



EMBERI ERŐFORRÁS
TÁMOGATÁSKÉZELŐ

Nemzeti
Tehetség Program



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

Részletes programok

7:30-8:00 A Csapatok beérkezése, regisztráció, átöltözés (Városi Sportcsarnok)
8:00-8:30 ÜNNEPÉLYES MEGNYITÓ, mazzsorették bevonulása, akrobatikus tornászok bemutatója (Főter)
15:30 A RENDEZVÉNY ZÁRÁSA

Futball - Műfüves pálya

8:30-11:30 Felső általános iskolások focitornája (5+1 fő)
11:30-14:45 Középiskolások foci tornája (5+1 fő)

Sportcsarnok – kézilabda, röplabda, küzdősport Szivacskezilabda-kézilabda szektor Sportcsarnok

8:30-9:00 Szivacskezilabdázók bemutató mérkőzése(i)
9:00-12:00 Általános iskola 7-8. osztályos és középiskolai csapatok kézilabda tornája
12:00-14:45 Röplabda - általános iskola 7-8. osztályos, valamint középiskolások vegyes csapatok tornája
12:15-13:00 Karate bemutató, szabadedzés
13:00-14:00 Birkózás bemutató, szabadedzés

Sakk-verseny

A Taverna melletti „giga-sakkpályánál” óriásbábukkal és hagyományos méretű sakkasztalokon!

Asztalitenisz, akrobatikus torna - Művelődési Ház

10:00-14:00 Asztalitenisz - Művelődési Ház aulája
09:00-10:00 Akrobatikus torna, szabadedzés - Művelődési ház

Futóverseny - Főter

10:00-14:00 Városi futóverseny: a Főteről indulnak a versenyszámok folyamatosan

Kategóriák:

- I. Óvodások 400 m-es futó verseny
- II. Alsós általános iskolások 500 m-es futóverseny
- III. Felső fiúk 1000 m-es futóverseny
- IV. Felső lányok 1000 m-es futóverseny
- V. Középiskolások fiúk 1500 m-es futóverseny
- VI. Középiskolások lányok 1500 m-es futóverseny
- VII. Tanácsapok 3x500 m-es váltóverseny

A rendezvény teljes ideje alatt a főteren Gokart és Off road versenyautók kiállítása
Egész nap egészségügyi mérések (vényomás, testösszetétel mérés), tanácsadás a Sportcsarnok aulájában egészségügyi dolgozók által.

Szabadidős rendezvények

Az egyes állomásokon lesznek feladatok, amelyek teljesítéséért igazolást kapnak a feladat végrehajtói, akik így részt vesznek egy ajándékosorsoláson, amelyen értékes sporteszközöket sorsolunk ki!

08:30-14:00 Lánbtenisz, streetball, lábtoll-labda, kerékpár, street workout - Főter

Lánbtenisz: 2:2 elleni játék, folyamatosan jelentkezhetnek csapatok és játszhatnak egymás ellen!
Streetball (utcai kosár): 3:3 elleni játék, folyamatosan jelentkezhetnek csapatok és játszhatnak egymás ellen!
Lánb-toll-labda: bemutató mérkőzések, 3:3 elleni játék, ügyességi feladatok (dekázás, távolb-rúgó verseny...)
Kerékpár: Kerékpáros ügyességi pálya teljesítésének lehetősége
Street workout: Erőnléti feladatok teljesítésének lehetősége (TRX-szel fekvőtámasz, fekvőnyomás, húzózkodás; felülés)

Zumba, katonai akadálypálya, íjászbemutató - Gimnázium udvara

14:00-14:45 Zumba ® Kids és Zumba ® Jr. Fitness gyermekeknek (4 éves kortól)
9:00-13:00 Katonai fegyverek bemutatója, katonai akadálypálya teljesítésének lehetősége
10:00-13:00 Abonyi Hagyományörző Íjászok bemutatói, kipróbálási lehetőség

Egészségügyi előadás - Gimnázium 6-os tanterem

10:00-12:45 Dr. Cornides Ágnes, a Népegészségügyi Főosztály főorvosának előadása az egészséges életmódról, sport és táplálkozás összefüggéseiről

Gokart bemutató - A sportcsarnok előtti útszakasz

15:00-15:30 Ifj. Tóth Sándor többszörös gokart bajnok bemutatója

Kedves sportolni vágyó Óvodások, diákok!

A Kinizsi Pál Gimnázium és Szakközépiskola szeretettel meghív benneteket 2016. március 30-án a 7. Kinizsi Nap a Fiatalokért Sportnap rendezvényére, ahol 12 sportágat próbálhattok ki egy helyen!

Futball, kézilabda, röplabda, szivacskezilabda, sakk, asztalitenisz, akrobatikus torna, futóverseny, lánbtenisz, lánb-toll-labda, kerékpár, íjászbemutató, street workout, zumba, katonai akadálypálya, egészségügyi előadások, gokart és off-road versenyautó kiállítás kiállítás- és bemutató!

A részletes programjainkat megtekintéséhez kattintson a képre!