

Krajské kolo

MARATÓN AEROBIK

Organizátor	CV TN, SA ^{TMM}
Termín	12.11. 2018/pondelok/ o 10.00 hod.
Miesto	Športová hala Trenín
Kategórie	fiaici a fličky S TM narodení 1.1.1999 a mladší
Účastníci	<u>DESA</u> najlepších z okresu, poprípade nominovaných !!!
Pravidlá a predpis	Súafľa pozostáva zo štyroch kôl po 40 min.(prípadne dohodou), medzi ktorými je 10 minútová prestávka 1 kolo o basic aerobic 2 kolo o power joga 3 kolo - bodywork 4 kolo - zumba (Zmeny sú vyhradené, možná zmena disciplín)
Hodnotenie	Hodnotí sa - upravenosť súafľiaceho / vlasy zopnuté / - drfľanie tela - technika prevedenia cviku - presné opakovanie prvku pod a cvičenie a - dodrffanie rytmu - výraz tváre /o Radosť z pohybu š / Každý súafľiaci môže byť za chyby trikrát napomenutý . Prvé vyraovanie súafľiacich je po druhom kole , druhé po treom kole súafle.
Stravné:	Pitný reffim + obed nahlási do 07.11.2018 do 12,00 hod. Na e-mailovú adresu somorovskycvctn@gmail.com posla prihláčky /meno, priezvisko, -kola, okres/
Výstroj	Vhodný výber obuvi a obleenia
Poistenie	Súafle sú organizované v zmysle POP pre -k.rok 2018/2019 a sú súasou vyuovacieho procesu. fiaici si prinesú preukaz poistenca. Za poistenie účastníkov -kolských -portových súafľí zodpovedá vysielajúca organizácia . Vedúci družstva sa riadia pod a platných bezpečnostných predpisov pre rezort -kolstva.

Mgr.Miloš Somorovský
-portový koordinátor
CV Trenín