

## Zasady konkurencji eliminacyjnych:

### 1. TOR PRZESZKÓD

1. W konkurencji jednocześnie może wziąć udział tylko jedna osoba.
2. Konkurencja jest zakończona, kiedy udział w niej weźmie 8 os. wybranych przez Kapitana.
3. Konkurencja odbywa się na torze przeszkód na arenie głównej.
4. Zawodnik rozpoczyna konkurencje na czerwonym podeście (dziupli), a kończy dotykając naklejki ze znakiem czas stop.
5. Zawodnik ma za zadanie pokonać tor przeszkód uzyskując jak najkrótszy czas.
6. Zawodnik zdobywając czas w granicach (5-6 sek) otrzymuje 15 pkt.- Zawodnik zdobywając czas w granicach (7-8 sek) otrzymuje 10 pkt.
7. Zawodnik zdobywając czas w granicach (9-13) otrzymuje 5 pkt.
8. Dodatkow 5 pkt otrzyma każdy zawodnik którego czas będzie wynosił poniżej 5 sek.
9. Zawodnik nie otrzyma punktów jeżeli: jego czas będzie dłuższy niż 13 sek, nie dotknie naklejki na końcu, spadnie z przeszkody.
10. Każdy zawodnik ma tylko jedną próbę.
11. Punktacja dla osoby: 5/10/15/20.

### 2. Skok w dal na trampolinie

1. W konkurencji jednocześnie może wziąć udział tylko jedna osoba.
2. Konkurencja jest zakończona, kiedy udział w niej weźmie 8 os. wybranych przez Kapitana. Zawodnik ma za zadanie wybijając się z trampoliny przy koszykówce uzyskać jak najdłuższy skok.
3. Trampolina jest podzielona na strefy punktowe.
4. Zawodnik otrzymuje punkty za doskoczenie do odpowiadającej im strefy punktowej.
5. Zawodnik nie może przekroczyć progu wybicia.
5. Zawodnik rozpoczyna rozbieg w oznaczonym miejscu i wybija się przed oznaczonym miejscem na trampolinie.
6. Każdy zawodnik ma max 2 próby, przy czym nie można poprawiać wyniku udanego skoku.
7. Jeśli zawodnik podczas wykonywania rozbiegu lub skoku nadepnie lub przekroczy oznaczone miejsce wybicia próbę uznaje się za spaloną i nie przyznaje punktów.
8. Punktacja dla osoby: 5/10/15/20 pkt.

### 3. Labirynt

1. Zawodnicy startują po 4 osoby, czyli w 2 mini drużynach.
2. Konkurencja jest zakończona, kiedy udział w niej weźmie 8 os. wybranych przez Kapitana.
3. Zadaniem jest jak najszybsze pokonanie wyznaczonej trasy labiryntu.
4. Łączny czas 2 drużyn składa się na ostateczny wynik.
5. Drużyny zdobywające czas w przedziale 15-20 sek otrzymują 20 pkt.
6. Drużyny zdobywające czas w przedziale 21-30 sek otrzymują 15 pkt.
7. Drużyny zdobywające czas w przedziale 31-35 sek otrzymują 10 pkt.
8. Drużyny zdobywające czas w przedziale 36-45 sek otrzymują 5 pkt.
9. Drużyny zdobywające czas powyżej 45 sek nie otrzymują punktów.
10. Punktacja: 5/10/15/20

### 4. Rzut do celu

1. Na trampolinie widnieje tarcza z określonymi strefami punktowymi (1,2,5 pkt), zawodnicy z odległości 5 m oddają po 3 rzuty piłeczkami do celu.
2. Każdy z zawodników wszystkich drużyn oddaje po 3 rzuty.
3. Na tablicy widnieją również punkty minusowe jeśli zawodnik trafi w tą strefę może stracić 1 pkt.

4. Na koniec wszystkie punkty są sumowane i wpisywane do punktacji ogólnej.
5. Punktacja: Suma wszystkich dodanych do siebie punktów drużyny.

## **Zasady konkurencji finałowych:**

### **1. Gladiator**

1. Jednocześnie w konkurencji muszą brać udział dwie osoby.
2. Walka odbywa się na czerwonej równoważni.
3. Walka odbywa się przy użyciu dwóch jednakowych spychaczy, po jednej dla każdej ze stron.
4. Niedopuszczalne jest wykonywanie innych ciosów niż te zadane spychaczem oraz uderzanie spychaczem w twarz i okolice głowy.
5. Punkt przyznawany jest dla zawodnika, któremu przy użyciu pałki uda się zepchnąć drugiego zawodnika do basenu z gąbkami.
6. W przypadku gdy zawodnik spadnie na żółtą strefę lub zejdzie na nią samowolnie przyznawane jest „ostrzeżenie”. Po drugim ostrzeżeniu zawodnik przegrywa.
7. W przypadku gdy obaj zawodnicy spadną do basenu z gąbkami, niezależnie od kolejności, rozgrywana jest dogrywka.
8. W przypadku gdy jeden z zawodników spadnie do basenu z gąbkami, a drugi zawodnik spadnie na żółtą strefę będzie rozgrywana dogrywka.
9. W przypadku nierozstrzygnięcia drugiej dogrywki zawodnicy remisują ze sobą.
10. Drużyna, która zdobędzie większą ilość punktów wygrywa całą konkurencję.
11. W przypadku takiej samej liczby punktów kapitanowie wyznaczają zawodników którzy zawalczą o decydujący punkt.

### **2. Cardio Wall**

1. Drużyny rywalizują ze sobą w grze „Light Hunter„ na cardio-wallu w parach.
2. Czas rozgrywki każdej pary to 1 minuta.
3. Wygrany zawodnik z pary otrzymuje 1 pkt.
4. Na koniec konkurencji punkty są sumowane, wygrywa drużyna z większą ilością punktów.
5. W przypadku takiej samej ilości punktów o wygranej decydują tzw (małe punkty z wyników z cardio - wall'a które są sumowane).

### **3. Piłka Nożna**

1. Drużyny rozgrywają ze sobą mecz piłki nożnej.
2. Mecz trwa łącznie 8 min: 2 połowy po 4 min. ze zmianą stron po pierwszej połowie.
3. Przed rozpoczęciem spotkania kapitan wybiera spośród swoich zawodników dwie 5 osobowe ekipy (4 zawodników na boisku + 1 rezerwowy).
4. W pierwszej połowie meczu występuje pierwsza „5”, a w drugiej połowie druga „5” każdej z drużyn.
5. Mecz prowadzi sędzia, który nadzoruje przebieg spotkania.
6. Zawodnik znajdujący się w rezerwie może wielokrotnie i w dowolnej chwili poprosić sędziego o zmianę dowolnego zawodnika. Zmiana może zostać dokonana wyłącznie w chwili zgody sędziego na jej przeprowadzenie. Sędzia powinien zezwolić na nią najszybciej jak to możliwe, ale nie może ona spowodować uzyskania przez drużynę niesportowej przewagi.
7. Żaden z zawodników nie może dotykać piłki rękoma. Jeśli zawodnik dotknie piłki ręką na połowie przeciwnika dyktowany jest rzut wolny dla drużyny przeciwnej. Jeśli zawodnik dotknie ręką piłki na swojej połowie - drużynie przeciwnej przyznawany jest rzut karny (patrz pkt 9, niżej).
8. Zawodnik może zostać ukarany za niesportowe i/lub agresywne zachowanie żółtą kartką (ostrzeżenie), czerwoną kartką (wykluczenie z gry). Drużyna, której zawodnicy w jednym

meczu otrzymają 2 czerwone kartki uznana zostaje za zdekompletowaną i przegrywa cały mecz.

9. W przypadku remisu rozgrywane są rzuty karne z połowy boiska na pustą bramk, przy czym trafienie z rzutu karnego jest zaliczone wyłącznie wtedy, gdy piłka trafi do bramki nie dotykając podłogi (w tzw. locie).

### **Zasady konkurencji dogrywkowej:**

#### **Kosz Masters**

1. Zawodnicy oddaj rzut do kosza z wyznaczonego miejsca za trafienie zdobywa się 1 pkt.
2. Punkty wszystkich zawodników są sumowane pod koniec konkurencji.
3. Wygrywa drużyna z większą ilośc punktów.
4. W przypadku, kiedy drużyny mają taką samą ilośc punktów na koniec konkurencji, czyli po oddaniu przez każdą drużyn po 8 rzutów, rywalizacja jest kontynuowana parami zawodników (w tej samej kolejnośc) do momentu, kiedy jedna z drużyn nie zdobędzie punktu.