

Opis konkursu:

„Bieg 4 x 10m z przenoszeniem kostek”

BIEG 4 x 10m Z PRZENOSZENIEM KOSTEK – to jeden z pięciu konkursów sprawnościowych Gryfińskiego Festiwalu Triathlonowego. Równocześnie jest to jedna z ośmiu prób Międzynarodowego Testu Sprawności Fizycznej. Do konkursu – zabawy przystąpić można bez wcześniejszego zgłoszenia i bez dokonywania jakichkolwiek opłat startowych.



Oceny wyników dokonamy według punktacji Międzynarodowego Testu Sprawności Fizycznej. Punktacja ta opracowana jest dla dzieci od lat 7-miu do młodzieży lat 20-u. My ustalamy, że dla dzieci młodszych niż lat siedem wykorzystamy punktację siedmiolatków, a dla osób powyżej dwudziestu lat stosować będziemy normy dwudziestolatków.

Każdy startujący może wykonać jedną próbę. Wynik biegu mierzony jest w sekundach z dokładnością do dziesiątych, a następnie przeliczamy go na punkty według tabel MTSF. Wygrywa osoba, która uzyska największą ilość punktów. W przypadku jednakowej ilości punktów o zwycięstwie decyduje data urodzenia – wyżej oceniamy wynik osoby młodszej.

Konkurs przeprowadzany jest na równym podłożu trawiastym.

Nagrodzonych zostanie trzech zawodników z największą ilością punktów niezależnie od płci i wieku.

Wyniki ogłoszone zostaną na delf.pl