



## **CLUBUL DE AIKIDO-LIFE AEROTIN - KIAI**

# **CUPA „1 IUNIE ” PENSACOLA**

### **REGULAMENT DE ORGANIZARE SI DESFASURARE**

**EDITIA a II-a MAI 2010**

#### **SCOP:**

**Cupa 1 IUNIE- PENSACOLA** are drept scop:

- responsabilizarea si dezvoltarea **spiritului de echipa**, a simtului competitiv si a autocontrolului;
- dezvoltarea armonioasa a corpului, a deprinderilor complexe, a respectului si increderii in sine;
- aplicarea notiunilor de supravietuire si de prim ajutor.

**PARTICIPANTI: Copii cu varsta intre 3 si 16 ani**

**PROBE ce conteaza la punctajul final:**

- **Exercitii pentru dezvoltarea fortei, in concurs; flotari, genuflexiuni, bricege ( o serie de cate 10 repetitii);**
- **Teorie (la dojo) 1/20 puncte /echipa;**
- **Tehnica, in concurs 1/20p.**
- **Spiritul de echipa, in concurs 1/20p.**
- **Aruncarea la tinta, in concurs 1/10p.**
- **Timp parcurs pe traseu, primul timp 10p.**  
(pentru urmatoarele echipe sosite in ordine, se scade cate un punct)
- **Cros 800 m 1/10p.**
- **Alte probe: mersul piticului, mersul in saci, trecerea prin teren minat, trecerea prin tunel, prim ajutor, transport ranit, care nu se puncteaza, dar conteaza la obtinerea, pe traseu a celui mai bun timp final.**

## **CATEGORII DE PARTICIPARE**

**Echipe mixte 10 (baieti si fete cu varste diferite, formate prin tragere la sorti cu o zi inainte de concurs)**

## **PREMIERE SI PUNCTAJE:**

**Castiga echipa care obtine punctajul maxim si timpul cel mai bun pe traseu.  
(penalitatile vor fi anuntate la sedinta tehnica )**

### **Cupa 1 Iunie- Pensacola**

- locul - 1 Cupa Pensacola
- locul - 2 medalie de aur
- locul - 3 medalie de argint
- locul - 4 medalie de bronz

## **LOC DE DESFASURARE**

- Parcul Verdi, Calea Barbu Vacarescu (Cartier Floreasca) ora 09,00

## **INTRECERI IN AFARA CONCURSULUI**

- **Fotbal**
- **Tras cu arcul**
- **Alte intreceri si surprize.**

**Presedinte,**

**Shihan Ioan Grigorescu 9 Dan Aikido-Life**