

FRS Kungsbacka

Tävling!!



Datum:

Under april månad skall vi i FRS Kungsbacka anordna tre stycken större tävlingar för våra aktiva! För att kunna vara med på tävlingen måste den aktiva gå i en **fortsättningsgrupp** eller en **avanceradgrupp**. Det är helt gratis att vara med!! Tider för tävlingarna står nedan!

Anmälan:

För att vi skall veta hur många som vill vara med måste alla anmäla sig genom att skicka iväg ett mail till frskungsbacka@gmail.com eller kontakta oss på våra sociala medier! I anmälan skall du skriva med för och efternamn på den aktiva samt vilken/vilka tävlingar den aktiva vill vara med på. Det är först när du fått ett svar från oss anmälan är registrerad!

Viktig Information:

Tävlingarna har ingen indelning i speciella åldrar eller grupper mm (alla tävlar mot alla). Alla som deltar får pris, de tre främsta får pokaler. Publik är tillåten, men vi rekommenderar en anhörig per aktiv, max två anhöriga per aktiv! Kravet för att få delta på tävlingarna är att man måste gå i en fortsättning eller avancerad grupp! För våra nybörjargrupper finns det alltid chans att vara med på tävlingarna under våra Jam!

Innan varje tävling kommer våra ledare köra uppvärmning med alla som skall delta! Om det skulle bli för få på en tävling byts tävlingen ut mot Opengym. Om det blir för många på en tävling skriver vi det i bekräftelsemailet!

Schema:

Här är det preliminära schemat för de tre tävlingarna under april månad! Om dagen eller tiden ändras kommer vi skriva det tydligt på mail och på hemsidan! Tiden kan också ändras under tävlingen om det behövs!

Tävling:	Dag & tid:
The Run	Den 14 april Kl. 13 - 16
The Chase	Den 23 april Kl. 13 - 16
Speed	Den 24 april 14 - 16

Vad går tävlingarna ut på?

The Run

Tävlingen "The Run" kommer att gå upp att komma på den bästa linan. En lin är en kombination av olika moment. Momenten kan bestå av vad som helst, trix, volter, hopp mm som utförs efter varandra i en bestämd bana. Domarna som består av våra tränare kommer att bedöma fyra kategorier: FLOW, KREATIVITET, SVÅRIGHETSGRAD och LANDNINGAR. Respektive kategori kommer domarna att berätta mer om innan tävlingen. Alla som tävlar kommer att få gott om tid att förbereda sin line!

The Chase

Tävlingen "The Chase" går ut på att köra jaga mot varandra, även kallat "Chase tag" inom ett bestämt område med alla möjliga tänkbara hinder! Det är en som blir jagad och en som jagar. Den som jagar skall försöka ta den andra under en viss tid. Om jagaren lyckas vinner hen. Om jagaren inte hinner innan tiden går ut vinner den jagare. I tävlingen kommer alla få jaga och bli jagare och det är helt slumpmässigt vem som möter vem. Dom som lyckas ta flest poäng vinner!

Speed

Tävlingen "Speed" går ut på att ta sig från punkt B till punkt A så snabbt som möjligt. Denna tävlingsform är väldigt vanligt inom just Parkouren och kännetecknar hur Parkour användes mycket förr i tiden. På vägen kommer det förekomma massa olika hinder. Det gäller att kunna hitta på kreativa sätt att ta sig fram samtidigt som det är viktigt att göra det snabbt!

Mer info!

Alla tävlingar har olika regler som våra ledare kommer gå igenom noga innan varje tävling! Poäng systemet på "The Run" och "Speed" presenteras under respektive tävling. Under tävlingen "The Run" får den tävlande önska musik som skall spelas upp inför sitt run.

Under tävlingarna är det viktigt att alla stöttar alla, för, innan och under varje start!

Foto & video:

Under samtliga tävlingar kommer vi att ta kort och filma för att sedan lägga ut på våra sociala medier! Om den aktiva inte får/vill vara med meddelas detta på mail eller på plats!

Lycka till!!

