

# NYUSZICSUSZI

Játékos vetélkedő gyermekeknek



Tüskecsarnok, Budapest  
2018.

# Versenykiírás

*A NyusziCsuszi rendezvény célja, hogy népszerűsítse és megszerettesse a korcsolya sportot.*

Szervező: Siluette és a BudaSkate Se

Verseny helyszíne: **Tüskecsarnok**

Időpont: **2018-04-08. 17.00**

Regisztráció 15.30 tól a helyszínen.

Nevezési díj: **3000 Ft/fő** melyet a helyszínen kell fizetni.

**Nevezési határidő 2018-03-28**

Jelentkezni e-mailben lehet, az alább megadott elérhetőségek egyikén.

Szükséges adatok:

- gyermek neve,
- születési dátuma,
- edző neve,
- kategória

Kapcsolat:

Monostori Mónika

email: [bobebaba41.mm@gmail.com](mailto:bobebaba41.mm@gmail.com)

telefon: +36203148277

Tóth Márta

email: [info@szinkronkorcsolya.com](mailto:info@szinkronkorcsolya.com)

telefon: +36706358841

A vetélkedőt követően ünnepélyes eredményhirdetés és díjkiosztó következik. Díjainkat Hoffmann Nóra, és Elek Attila jégtánc olimpikonok adják át.

Minden résztvevő ajándékot kap! Ezután műkorcsolya, jégtánc, szinkronkorcsolya és short track bemutatók, majd örömköri vár minden résztvevőt és hozzátartozóit!

A vetélkedőn a SPORTXXI Program feladatsorát használjuk:

	ALAPSZINT	KÖZÉPSZINT	KÖZÉPHALADÓ SZINT	HALADÓ SZINT
1.	Szalom a bóják között lépegetéssel	Cél bójáig lendületes előre korcsolyázás, majd fél fordulatot követően hátra korcsolyázás visszafelé	2 lábon hullámvonal	1 lábon hullámvonal- mindkét lábon végrehajtva
2.	Futás vége kicsúszással	Halacska hátra	Belső élen kanyarodás jobb és bal lábon (AKP Módszertani Segédlet videó 10.58- 11.30)	Érkező pozíció 1 lábra (AKP Módszertani Segédlet videó 13.01- 13.20)
3.	Lendületszerzést követően gólyalábon csúszás minél hosszabb ideig, a feladatot mindkét lábbal végre kell hajtani	Fordulatok mindkét irányba	Külső élen kanyarodás jobb és bal lábon (AKP Módszertani Segédlet videó 10.58- 11.30)	Forgás tombé helyzetből min.4 fordulat
4.	Lendületszerzést követően guggolásban csúszás min.4 mp.áig tartva a pozíciót	Hátra guggolásból felugrás	Testsúlyáthelyezés ST pozícióban - egyenesben (AKP Módszertani Segédlet videó 16.00.- 16.35)	Előre koszorú ,tombé fordulat körön-folyamatosan, mindkét irányba végrehajtani
5.	Bóják mellett felugrás két lábról lábra	Koszorú lépések-nem folyamatosan- mindkét irányba	Körön koszorú előre balra	Fecske körön
6.	Halacska előre	Short-track pozícióban csúszás (feltett kézzel)	Körön koszorú előre jobbra	Hátra koszorú jobbra/balra
7.	Fékezés	forgás állóhelyben 2 lábon (1-2 fordulat)	Ágyú/Angyalka	3 kör folyamatos korcsolyázás, kanyarban koszorúval, egyenesben short track pozícióban
8.	1- 1 kis kör bóják mellett rollerezve- jobb láb hajt, bal láb hajt	1 kör folyamatos korcsolyázás	2 kör folyamatos korcsolyázás	

**TALÁLKOZZUNK A NYUSZICSUSZIN!**

