

# *The future we want - Viitorul pe care îl vrem*

*Sportul este cultivarea consecventa si voluntara a efortului fizic intensive*

## **SPORT ȘI COMPETIȚIE**

Distractie, socializare, relaxare si agrement. Participanții beneficiază de un cadru in care să poată fi activi și să poată progresa din punct de vedere sportiv și social. Volei, tir cu arcul, badminton, șah, darts, skandenberg - o gama diversă de competiții sportive și activități distractive.

**Animatori sportivi:** Teodor & Mihnea & Vicențiu **GROSU**

Participă cursanții academiei cu vârste între 10 și 50 ani.

**Program zilnic:** 16.00 – 18.00

## **Concurs Darts**

### **Regulament darts**

Darts-ul se joaca intre doi jucatori aleși prin tragere la sorți. Noua aruncari de incalzire pentru fiecare jucator, sunt permise in general, inaintea inceperii jocului propriu zis. Dupa aceste noua aruncari de incalzire, pentru a determina cine incepe primul, fiecare jucator arunca cate o sageata iar jucatorul cu sageata cea mai apropiata de centrul tablei de joc incepe jocul. Fiecare jucator arunca 3 sageți in tura sa. Daca piciorul jucatorului calca linia in timpul unei aruncari, aruncarea respectiva este anulata, punctele acumulate de la sageata respectiva nu se puncteaaza. Săgetile trebuie să stea în tinta cel puțin 3 secunde după ce ultima săgeata a fost aruncată. Nu se puncteaaza săgetile care nu stau in tinta.

Ideea de baza este ca fiecare echipa incepe cu un numar de puncte (301, 501, 601, 801, 1001) iar castigatoare este echipa care isi reduce scorul la exact ZERO.

## **Concurs Volei**

### **Regulament minivolei**

Voleiul este un sport practicat de doua echipe compuse fiecare din cate doi jucatori, pe un teren de nisip, impartit in doua parti de un fileu. Mingea este jucata prin lovirea cu orice parte a corpului. Pentru fiecare echipa, obiectivul jocului este sa trimita mingea regulamentar, pe deasupra fileului in terenul advers si sa impiedice mingea sa cada in propriul teren.

Mingea este pusa in joc de catre jucatorul de la serviciu. Jucatorul serveste expediind mingea cu o mana sau un brat, pe deasupra fileului, catre terenul advers.

O echipa este acreditata sa loveasca mingea de trei ori, spre a o returna in terenul advers.

Unui jucator nu ii este permis sa loveasca mingea de doua ori consecutiv (cu exceptia blocajului).

Faza continua pana cand mingea atinge suprafata terenul, iese din joc sau echipa greseste, returnand-o neregular. Echipa care castiga faza de joc marcheaza un punct. Cand echipa de la serviciu castiga faza, ea continua sa serveasca marcand un punct . Cand echipa de la primire castiga faza de joc, ea marcheaza un punct si obtine dreptul de a servi, acest lucru numindu-se "schimbare de serviciu". Jucatorul de la serviciu trebuie sa fie alternat, de fiecare data, cand este "schimbare de serviciu".

Echipa care castiga doua seturi din trei, castiga meciul. Primele doua seturi se vor juca pana cand o echipa realizeaza 21 puncte. In eventualitatea jucarii setului decisiv (al 3-lea), echipa care realizeaza 15 puncte castiga setul si meciul.

## **Concurs Şah**

### **Regulament şah**

Tragerea la sorti a ordinii initiale a concurentilor, la fiecare runda, precum si stabilirea clasamentelor dupa fiecare runda si final. Într-o runda fiecare concurent joaca o singura partida cu culoarea aleasă.

Regina (Dama) sta pe un camp de culoarea sa. Partidele se joaca in ritmul sahului-rapid

O partida se considera incheiata atunci cand intervine una din situatiile:

- neprezentarea unui jucator –
- cedarea partidei - unul din jucatori anunta ca cedeaza partida,
- convenirea Remizei - cei doi jucatori convin asupra remizei,

## **Concurs de Badminton**

### **Regulament badminton**

Punctul este obtinut de un jucător care loveste fluturasul peste plasa si aceasta cade pe pamant in terenul adversarului. Punctul se pierde cand fluturasul loveste plasa sau cade in afara terenului de joc. Puncte se mai pierd si cand se comit greseli.

Greseli:

- fluturasul loveste sportivul
- corpul sportivului sau racheta sportivului ating plasa
- fluturasul atinge pamantul inainte sa treaca de plasa
- fluturasul este lovit de doua ori

Ca sa castige un punct sportivul trebuie sa se afle la originea servei.

Regulament serva:

- Serva se face in diagonal
- Picioarele servantului trebuie sa atinga amandoua pamantul
- Serva trebuie sa se faca deasupra taliei

Concursul se termina cand sportivul ( sportivii ) castiga doua seturi din trei, de 15 puncte .

## **Concurs de Tir cu arcul**

### **Regulament tir cu arcul**

Concursul va fi condus de catre o persoana desemnata de organizator, care raspunde de organizarea si de securitatea competitiei.

Instructorul va avea la dispozitie un dispozitiv de semnalizare acustic, cu care va da startul sau va dispune incetarea tragerilor, de cate ori va fi necesar pentru buna desfasurare si securitatea concursului.

Este preferabil ca directia principala de tragere sa fie spre nord.

Arcasii vor trage numai dupa semnalul sonor dat de instructorul concursului

In toate cazurile cand din cauza nerespectarii regulilor, un concurent pune in pericol buna desfasurarea sau sanatatea vreunei alte persoane, acesta va fi eliminat imediat din concurs.

Armarea arcului va fi facuta in asa fel incat in caz de declansare accidentala a arcului sageata sa nu poata parasi zona sigura.

Nici un tragator nu are voie sa atinga echipamentul altuia, fara permisiunea expresa a acestuia.

## **Concurs Skandemberg**

### **Regulament SKANDENBERG**

1. Orice meci va fi arbitrat de 1 arbitru.
2. Concursul se va desfasura pentru doua categorii : participantii pana la 80 de kilograme , respectiv 80 + de kilograme.
3. Concursul se desfasoara atat pentru mana stanga cat si pentru mana dreapta.
4. Toti participantii își asumă urmările oricărui accident posibil cauzat de participarea la competitie.