

3/3/2024

# ZABALOV 2024.

## Propozicije v.1

Zdravko Stefanovski

Zabalov je ekipno rekreativno natjecanje u organizaciji Zagrebačkog saveza sportske rekreacije Sportza sve.

Zabalov će se održati u nedjelju **03.03.2024. na BK Svecicama u terminu 09:00-12:30.**

Na natjecanju nastupaju ekipe koje se prijave najkasnije do nedjelje 25.02.2024. i uplate startninu od 20 eur (po ekipi). Maksimalan broj ekipa je 12.

Ekipu čini 10 plivačica i/ili plivača članova nekog od Društva sportske rekreacije (članice ZSSR Sportza sve) i korisnici programa plivanja Sport za sve na Zagrebačkim bazenima (jedan bazen = jedna ekipa). Ekipe su miješane. U ekipi smije biti najmanje 3, a najviše 5 plivača.

U slučaju da se prijavi šest (6) ili manje ekipa – ekipe se natječu u jednoj grupi i bodovi se dijele prema postignutom plasmanu u igri.

Ako se prijavi više od šest (6) ekipa - ekipe se razvrstavaju u dvije grupe i mjeriti će se vrijeme izvođenje igara, te raditi plasman po postignutom vremenu.

Svaka igra će se bodovati na principu:

- |                     |                   |
|---------------------|-------------------|
| 1. mjesto 14 bodova | 7. mjesto 6 boda  |
| 2. mjesto 12 bodova | 8. mjesto 5 boda  |
| 3. mjesto 10 bodova | 9. mjesto 4 boda  |
| 4. mjesto 9 bodova  | 10. mjesto 3 boda |
| 5. mjesto 8 bodova  | 11. mjesto 2 boda |
| 6. mjesto 7 boda    | 12. mjesto 1 bod  |

Pobjednik je ekipa koja osvoji najviše bodova. U slučaju istog broja bodova:

- I. Ako bude šest ekipa i manje – gleda se broj osvojenih prvih mjesta, drugih mjesta...
- II. Ako bude više od šest ekipa – gledati će se koja ekipa je sve tri igre odradila u bržem vremenu

Sve prijavljene ekipe moći će tijekom veljače (04.02., 11.02. ili 25.11.), u dogovoru sa Zdravkom, isprobati igre koje će se igrati na Zabalovu.

Uz predočenje Sport za sve godišnje iskaznice 18.02. možete zaplivati na Rekreativnoj Plivačkoj Ligi – ZP Mladost 11:00-13:30.

ZSSR „SPORT ZA SVE

Web: <https://sportzasve-zagreb.hr/>

Fb: <https://www.facebook.com/SportZaSveZagreb>

Savska cesta 137, [zssr.sportzasve@gmail.com](mailto:zssr.sportzasve@gmail.com) i [shark13@mail.com](mailto:shark13@mail.com)

Z

---

## ŠTAFETA S MAJICAMA

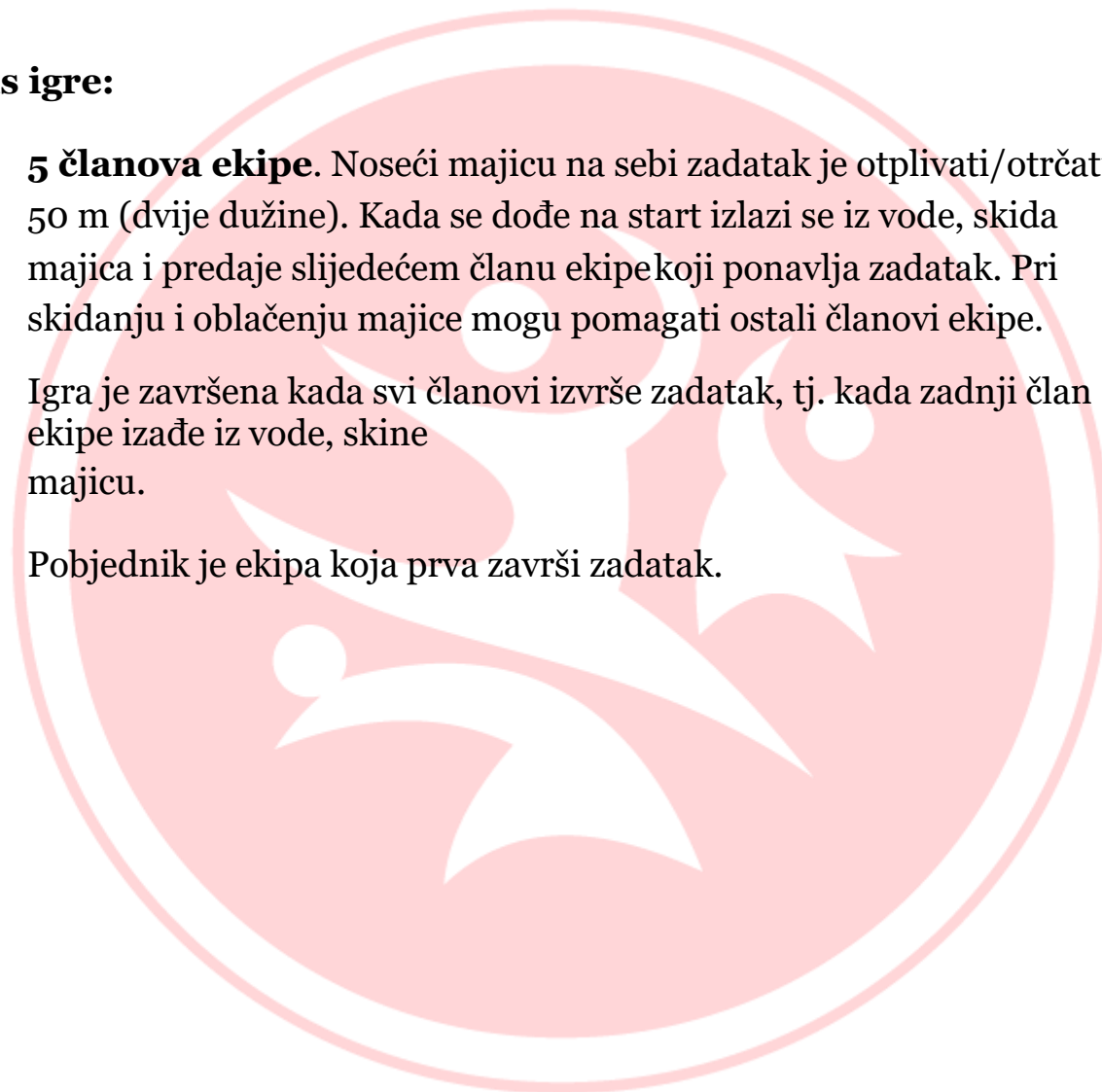
---

### Opis igre:

**5 članova ekipe.** Noseći majicu na sebi zadatak je otplivati/otrčati 50 m (dvije dužine). Kada se dođe na start izlazi se iz vode, skida majica i predaje slijedećem članu ekipe koji ponavlja zadatak. Pri skidanju i oblačenju majice mogu pomagati ostali članovi ekipe.

Igra je završena kada svi članovi izvrše zadatak, tj. kada zadnji član ekipe izađe iz vode, skine majicu.

Pobjednik je ekipa koja prva završi zadatak.



# SPORT ZA SVE - ZAGREB

---

## PATKOLOV

---

### Opis igre:

Igraju svi članovi . Ekipa bira **5 plivača** koji će plivati/trčati. Igra starta iz vode.

Na znak starta prvi član ekipe sa ruba bazena uzima plastičnu žličicu i u nju stavlja jednu lopticu, drugom rukom hvata pojas za spašavanje koji je vezan konopom dugim 30 m.

Plivajući ili hodajući/trčeći igrač mora na drugu stranu bazena prenijeti lopticu na žličici istovremeno povlačeći/gurajući pojas za spašavanje. Kada dođe na drugu stranu lopticu stavlja u pripremljenu posudu. Uzima jednu patkicu s ruba bazena stavlja ju unutar pojasa, hvata se za pojas i držeći se za pojas dok ga ostatak ekipe povlači na startnu liniju kontrolira da patkica ne pobjegne iz pojasa. Dolaskom na startnu liniju predaje žličicu idućem članu ekipe koji ponavlja sve ispočetka.

Igra je završena kada se svih pet loptica prenese na suprotnu stranu bazena i „doma“ vratespašene patkice.

# SPORT ZA SVE - ZAGREB

---

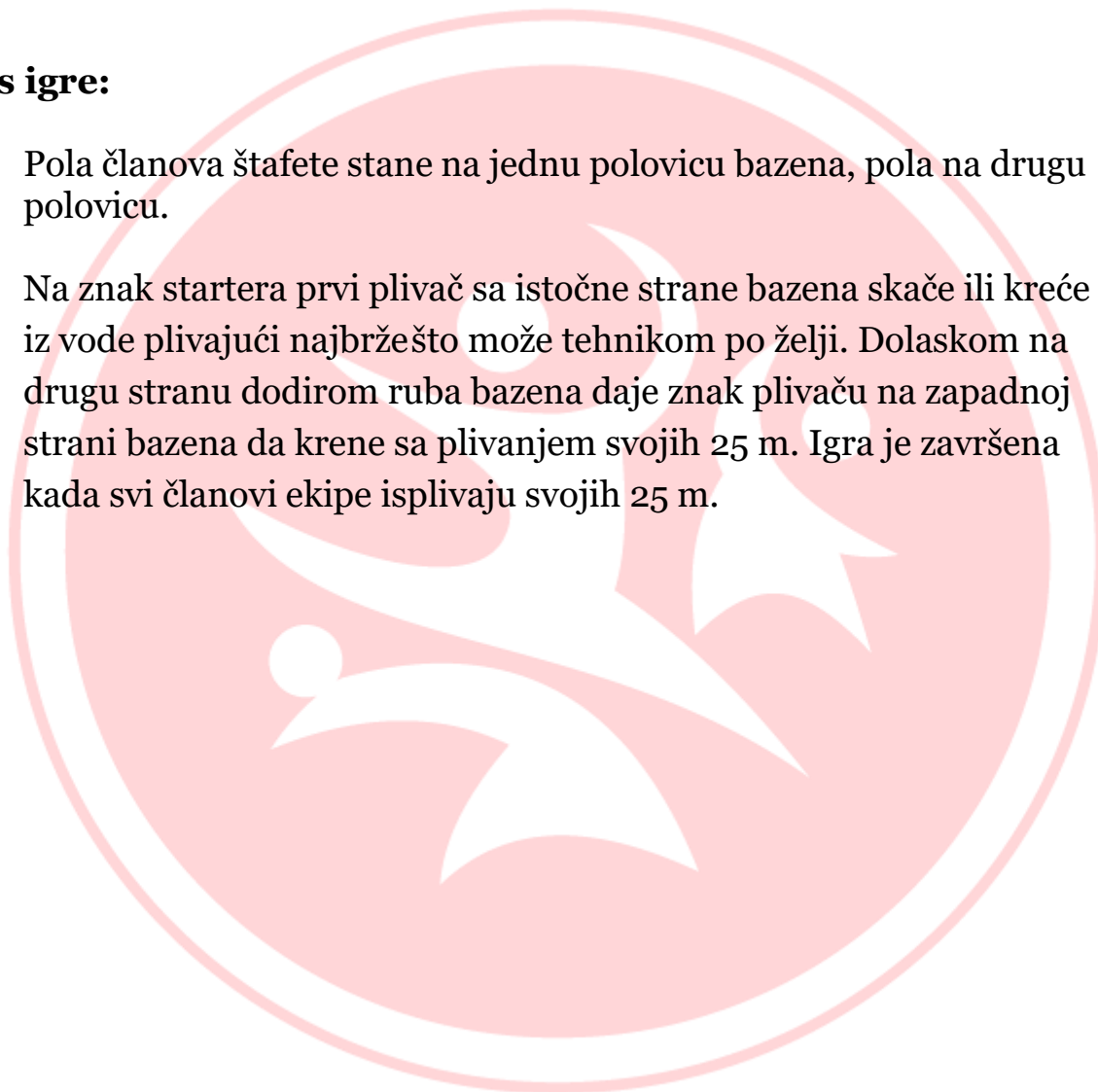
## KLASIČNA PLIVAČKA ŠTAFETA 10 X 25 M

---

### Opis igre:

Pola članova štafete stane na jednu polovicu bazena, pola na drugu polovicu.

Na znak startera prvi plivač sa istočne strane bazena skače ili kreće iz vode plivajući najbržešto može tehnikom po želji. Dolaskom na drugu stranu dodirrom ruba bazena daje znak plivaču na zapadnoj strani bazena da krene sa plivanjem svojih 25 m. Igra je završena kada svi članovi ekipe isplivaju svojih 25 m.



# SPORT ZA SVE - ZAGREB