



LIIGA VYSOČINY  
PŘÍPRAVEK 2025



**NENÍ  
DŮLEŽITÉ VYHRÁT,  
ALE ZÚČASTNIT SE!**

# KAS VYSOČINA

## Liga Vysočiny přípravek 2025



Zpracoval: Vratislav Fišera

# Řídící soutěže přípravek:

Ondřej Tomek

*mobil: 732 135 590, e-mail: ondrej5-tomek@centrum.cz*

## Termíny závodů přípravek

|                     |   |
|---------------------|---|
| neděle 11.5.        | 1. závod Ligy Vysočiny přípravek                      |
| neděle 25.5.        | 2. závod Ligy Vysočiny přípravek                      |
| neděle 15.6.        | 3. závod Ligy Vysočiny přípravek                      |
| neděle 14.9.        | 4. závod Ligy Vysočiny přípravek                      |
| <b>sobota 27.9.</b> | <b><i>Mistrovství kraje přípravek ve čtyřboji</i></b> |

## Soutěžní řád

### Čl. 1

#### Základní ustanovení

Soutěže družstev jsou nedílnou součástí atletické závodní činnosti. Závodí se v nich podle pravidel atletiky a podle ustanovení tohoto soutěžního řádu.

### Čl. 2

#### Řízení soutěží

Soutěž řídí předseda soutěžní komise Ondřej Tomek.

### Čl. 3

#### System soutěže

- Soutěž je rozdělena do dvou skupin.
- Oddíly mohou startovat pouze v té skupině, kam byly zařazeny.
- V každém kole se soutěží ve čtyřboji a štafetách.

### Čl. 4

#### Úhrada

Družstva startují na náklady klubu, oddílu či jiné složky, která je přihlásila. Pořadatel hradí náklady spojené s uspořádáním. Na úhradu těchto nákladů obdrží také dotaci z peněz, které složí přihlášená družstva jako podmínku účasti v soutěži.

### Čl. 5

#### Podmínky účasti

- Soutěž je vypsána pouze pro registrované závodníky v ČAS.
- Oddíly přihlašují své závodníky přes web atletika.cz.
- Všichni závodníci musí startovat ve své věkové kategorii.

### Čl. 6

#### Protesty, odvolání, námitky

Při podávání protestů se postupuje podle Pravidel atletiky. Případné odvolání proti rozhodnutí vrchníka disciplíny podává písemně vedoucí družstva do rukou hlavního rozhodčího s vkladem 500 Kč. Odvolání řeší jury ve složení řídící pracovník, ředitel závodů a hlavní rozhodčí, která vydá písemné rozhodnutí.

## Čl. 7

### Startují

- |                |                            |
|----------------|----------------------------|
| a) starší hoši | rok narození 2014 a 2015   |
| starší dívky   | rok narození 2014 a 2015   |
| mladší hoši    | rok narození 2016 a mladší |
| mladší dívky   | rok narození 2016 a mladší |

## Čl. 8

### Povinnosti pořadatele

- Čtrnáct dní před závodem zveřejnit propozice na webu [www.atletika.cz](http://www.atletika.cz)
- Zajistit včas organizačně a technicky uspořádání závodu.
- Zajistit dostatečný počet rozhodčích.
- Nejpozději 14 dní před konáním kola zaslat všem družstvům a řídícímu pracovníkovi propozice závodu.
- Po skončení závodu zveřejnit výsledky na webu [www.atletika.cz](http://www.atletika.cz).
- Zajistit zdravotnickou službu.
- Zajistit v prostoru stadionu možnost občerstvení.
- Zajistit ozvučení stadionu a kvalifikovaného hlasatele.
- Zajistit předání medailí a diplomů nejlepším závodníkům ve čtyřboji, zajistit předání diplomů nejlepším třem závodníkům v každé disciplíně a zajistit sladkost všem zúčastněným závodníkům.

## Čl. 9

### Přihlášky ke kolu

Všichni závodníci se přihlašují přes web [atletika.cz](http://atletika.cz). Štafety se přihlašují na kartičkách před začátkem závodu.

## Čl. 10

### Začátek soutěží

Nedojde-li k jiné vzájemně dohodě vedoucích družstev, je začátek stanoven na 10 hodin.

## Čl. 11

### Zvláštní technická ustanovení

- Na závodech se nesmí používat atletické tretry!
- V běhu na 50 metrů, 50 m překážek, 400 metrů má závodník jeden pokus.
- V člunkovém běhu, slalomu a překážkové dráze má závodník dva pokusy.
- Ve skoku do dálky, dále z místa, hodu míčkem, hodu raketkou a hodu medicinbalem má závodník tři pokusy.
- Ve skoku vysokém mají na každé výšce pouze dva pokusy.
- Kromě běhů budou probíhat soutěže na dvou stanovištích.

## Čl. 17

### Vklady do soutěží

Oddíly zaplatí za každého závodníka 150 Kč. Vklady budou hrazeny na základě faktury po proběhnutí posledního kola soutěží na účet KAS Vysočiny 4050003048/6800. Vklady budou po skončení soutěží rozpočítány jako dotace pořadajícím oddílům.

## Čl. 18

### Odměny

KAS zajistí pro všechny závodníky, kteří se zúčastní všech čtyř kol ligy přípravek medaile. KAS zajistí pro tři nejlepší ve čtyřboji medaile a diplomy, pro tři nejlepší v disciplínách diplomy.

Oddíl zajistí pro všechny závodníky sladkost.

## Čl. 19

### Vzorový časový pořad

|       |               |               |               |               |
|-------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 10.00 | rychlost Hst  | skok Dst      | obratnost Hml | hod Dml       |
| 10.30 | hod Hst       | rychlost Dst  | skok Hml      | obratnost Dml |
| 11.00 | obratnost Hst | hod Dst       | rychlost Hml  | skok Dml      |
| 11.30 | skok Hst      | obratnost Dst | hod Hml       | rychlost Dml  |
| 12.00 | 4 x 60 m Hst  |               |               |               |
| 12.05 | 4 x 60 Dst    |               |               |               |
| 12.10 | 4 x 60 Hml    |               |               |               |
| 12.20 | 4 x 60 Dml    |               |               |               |

### Vzorový časový pořad s výškou

|       |               |               |               |               |
|-------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 10.00 | výška Hst     | rychlost Dst  | výška Hml     | hod Dml       |
| 10.20 |               | obratnost Dst |               | rychlost Dml  |
| 10.40 |               | hod Dst       |               | obratnost Dml |
| 11.00 | rychlost Hst  | výška Dst     | hod Hml       | výška Dml     |
| 11.20 | obratnost Hst |               | rychlost Hml  |               |
| 11.40 | hos Hst       |               | obratnost Hml |               |
| 12.00 | 4 x 60 m Hst  |               |               |               |
| 12.05 | 4 x 60 Dst    |               |               |               |
| 12.10 | 4 x 60 Hml    |               |               |               |
| 12.20 | 4 x 60 Dml    |               |               |               |

# TERMÍNY ZÁVODŮ Ligy Vysočiny přípravek

## východní skupina

- neděle 11.5. Velké Meziříčí  
*300 m, skok daleký, míček, žebřík, 4 x 60 m*
- neděle 25.5. Žďár nad Sázavou  
*50 m, dálka z místa, medicinbal, překážková dráha, 4 x 60 m*
- neděle 15.6. Znojmo  
*50 m, skok daleký, raketka, člunkový běh, 4 x 100 m*
- neděle 14.9. Třebíč  
*50 m přek., výška, míček, slalom, 4 x 100 m*

### Startují:

SK Bystřice nad Pernštejnem  
TJ Nové Město na Moravě  
TJ Žďár nad Sázavou  
SK ANTE Žďár nad Sázavou  
TJ Sokol Velké Meziříčí  
TJ Spartak Třebíč  
Atletika Jemnice  
Atletika Okříšky  
Atletika Jaroměřice nad Rokytou  
TJ Znojmo

## západní skupina

- neděle 11.5. Humpolec  
*300 m, skok daleký, míček, žebřík, 4 x 60 m*
- neděle 25.5. Pacov  
*50 m, dálka z místa, medicinbal, překážková dráha, 4 x 100 m*
- neděle 15.6. Jihlava  
*50 m, výška, raketka, člunkový běh, 4 x 60 m*
- neděle 14.9. Havlíčkův Brod  
*50 m př., skok daleký, míček, slalom, 4 x 100 m*

### Startují:

Atletika Jihlava  
TJ Jiskra Havlíčkův Brod  
TJ Sokol Havlíčkův Brod  
TJ Jiskra Humpolec  
TJ Slavoj BANES Pacov  
SK Žirovnice  
SK Chotěboř  
TJ CHS TURBO Chotěboř  
SVC Ledec nad Sázavou  
Atletika Pelhřimov  
Korela Sports Team  
Atletika Kamenice nad Lipou

# Mistrovství Kraje Vysočina přípravek ve čtyřboji a štafetě

- Pořadatel: Z pověření KAS technicky zajišťuje Atletika Jihlava  
Datum: sobota 27. září 2025  
Místo: Stadion Atletiky Jihlava  
Činovníci: Ředitel závodů: Bohumír Machovec  
Hlavní rozhodčí: Marie Pytlíková  
Technický delegát: Ondřej Tomek
- Přihlášky: Registrovaní závodníci přes web atletika.cz do pátku 26.9. do 20 hodin.  
Štafety se přihlašují v závodní kanceláři do 9 hodin na kartičkách.
- Kategorie: chlapci ročník 2014, 2015, 2016 a 2017  
dívký ročník 2014, 2015, 2016 a 2017  
štafety - starší (2014 a 2015)  
- mladší (2016 a 2017)
- Disciplíny: čtyřboj - 50 m př., míček, 50 m, dálka  
štafeta 4 x 60 m  
V technických disciplínách mají závodníci tři pokusy.  
Závodí se na dvou sektorech pro dálku a hod.
- Omezení startů: Na závodech nesmí startovat ročník 2018 a mladší.
- Ceny: První tři závodníci ve čtyřboji v každém ročníku obdrží diplomy a medaile. První tři štafety v každé kategorii obdrží diplomy a medaile.

## Časový pořad:

|       |                   |                     |                     |
|-------|-------------------|---------------------|---------------------|
| 10.00 | 50 m př. H (2013) | dálka D (2015+2016) | míček H (2015+2016) |
| 10.15 | 50 m př. H (2014) |                     |                     |
| 10.30 | 50 m př. D (2013) |                     |                     |
| 10.50 | 50 m př. D (2014) |                     |                     |
| 11.10 | 50 m př. H (2015) | dálka H (2013+2014) | míček D (2013+2014) |
| 11.25 | 50 m př. H (2016) |                     |                     |
| 11.40 | 50 m př. D (2015) |                     |                     |
| 12.00 | 50 m př. D (2016) |                     |                     |
| 12.20 | 50 m H (2013)     | dálka H (2015+2016) | míček D (2015+2016) |
| 12.35 | 50 m H (2014)     |                     |                     |
| 12.50 | 50 m D (2013)     |                     |                     |
| 13.10 | 50 m D (2014)     |                     |                     |
| 13.30 | 50 m H (2015)     | dálka D (2013+2014) | míček H (2013+2014) |
| 13.45 | 50 m H (2016)     |                     |                     |
| 14.00 | 50 m D (2015)     |                     |                     |
| 14.20 | 50 m D (2016)     |                     |                     |
| 14.40 | 4 x 60 m Hml      |                     |                     |
| 15.00 | 4 x 60 m Dml      |                     |                     |
| 15.20 | 4 x 60 m Hst      |                     |                     |
| 15.40 | 4 x 60 m Dst      |                     |                     |



# TECHNICKÁ PRAVIDLA

## **Běh na 50 metrů**

*Závodník startuje ze startovacích bloků a běží ve své dráze.*

Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají jeden pokus.

## **Běh na 300 metrů**

*Závodník startuje ze stoje na startovací výstřel.*

Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají jeden pokus.

## **Běh na 50 metrů překážek**

*Závodník startuje z bloků na startovací výstřel. Vzdálenost od startovní čáry k první překážce je 9,40 m, vzdálenosti mezi překážkami 6 m, doběh 10,60 metrů. Výška překážek pro mladší děti 50 cm (překážka bez nástavce) a pro starší 60 cm (překážka se dvěma nástavci). Mohou se použít pevné překážky se sady Atletika pro děti.*

Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají jeden pokus.

## **Člunkový běh**

*Závodník startuje ze stoje od „pomyslné čáry START-CÍL“ mezi dvěma kužely na povel. Startuje se mírně vpravo od kuželů tak, aby mezi 1. a 2. kužel naběhl závodník zleva. (cestu možnost označit). Závodník probíhá „osmičku“ mezi kužely. Závod končí proběhnutím „pomyslné čáry START- CÍL“ mezi kužely. Vzdálenost kuželů je 10 metrů.*

Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají dva pokusy.

## **Slalom**

*Závodník startuje ze stoje od „pomyslné čáry START-CÍL“ mezi dvěma kužely na povel. Startuje se mírně vpravo od kuželů tak, aby mezi 1. a 2. kužel naběhl závodník zleva. (cestu možnost označit). Závodník probíhá slalom mezi kužely, obíhá poslední kužel a běží zpět (hladký úsek vedle kuželů). Závod končí proběhnutím „pomyslné čáry START- CÍL“ mezi kužely. Vzdálenost k prvnímu kuželu je 1 m, 10 kuželů, vzdálenost mezi kuželi 2 metry, kužely jsou umístěny na čáře.*

Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají dva pokusy.

## **Překážková dráha**

*Startuje z polovysokého startu – špička za startovní čárou. Na pokyn startéra závodník vybíhá a překonává jednotlivé překážky. První překážka – 7 m od startovní čáry – přeběh molitanové překážky – 5 m – podlezení překážky – 76 cm vysoké, 5 m – oběhnutí stojanu z dětské sady (zleva nebo zprava), návrat ke startu - 5 m – přeskok molitanové překážky – 5 m - podlezení překážky 76 cm – 5 m – přeskok molitanové překážky – 8 m – cíl. Celková délka 40m.*

Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají dva pokusy.

## **Žebřík**

*Startuje z polovysokého startu – špička za startovní čárou. Na pokyn startéra závodník vybíhá a přebíhá žebřík. Obíhá kužel umístěný za žebříkem a běží zpět vedle žebříku (hladký běh) První „příčka“ je 3 m od startovní čáry. Vzdálenost mezi jednotlivými příčkami je 1 m. Počet příček je 11. 3 m od poslední příčky je umístěn kužel, který závodník obíhá. Měří se s přesností na 0,01 sekundy. Děti mají dva pokusy. V případě vynechání pole žebříku nebo úmyslného kopání do příček se naměřenému času připočítává 1 sekunda.*

## **Skok daleký**

*Závodník skáče s rozběhem. Odrazí se ve vymezeném pásmu jednou nohou. Měří se od místa odrazu po místo dopadu.*

Měří se s přesností na 0,01 metru. Děti mají tři pokusy.

## **Dálka z místa**

*Závodník skáče od vyznačené čáry. Odrazí se a skočí co nejdál dopředu, dopadá na obě nohy.*

Měří se s přesností na 0,01 metru. Děti mají tři pokusy.

## **Skok vysoký**

*Děti se musí odrazit jednou nohou. Za nezdařený pokus je považován ten, kdy laťka spadne vinou závodníka. Skáče se na dvou doskočistiích. Základní výška 0,80 m mladší a 1,00 m starší přípravek. Zvyšuje se po 5 cm. Závodník má na každé výšce dva pokusy. Měří se s přesností na 0,01 metru.*

## **Hod míčkem a raketkou**

*Děti hází míčkem nebo raketkou s rozběhem. Náčiní musí dopadnout do výšeče. Po odhodu závodník nesmí překročit odhodovou čáru (nezdařený pokus).*

Měří se s přesností na centimetry. Děti mají tři pokusy.

## **Hod medicinbalem (1 kg)**

*Děti házejí medicinbalem (oběma rukama) od vyznačené čáry. Závodník stojí ve stoji rozkročněm (špičky bot se dotýkají čáry), zakloní se, zpevní a oběma rukama odhodí co nejdále směrem dopředu (pohyb připomíná autové vhadzování při fotbale). Odhazuje se z místa – ne s nárokem ! Po odhodu závodník nesmí překročit odhodovou čáru (nezdařený pokus).*

Měří se s přesností na decimetry. Děti mají tři pokusy.



Kraj Vysočina



# MISTROVSTVÍ KRAJE přípravek ve čtyřboji

Jihlava 27. září 2025  
atletický stadion od 10 do 14 hodin

[www.kasvysočina.cz](http://www.kasvysočina.cz) [www.atletikajihlava.cz](http://www.atletikajihlava.cz)

Liga Vysočiny přípravek 2025  
Vydal KAS Vysočina výhradně pro svoji potřebu.



**Zkusit se má všechno!**