

PRZEBIEG KONKURENCJI

NAZWA: Rzut granatem na odległość w różnych postawach.

RODZAJ: Siłowa.

CZAS: Ograniczony zmianą na punktach nauczania.

PRZEBIEG KONKURENCJI:

Każdy z zawodników wykonuje po trzy rzuty z postawy stojącej, klęczącej oraz leżącej. O kolejności rzucających decyduje kapitan drużyny.

UWAGI:

Po wykonaniu każdego rzutu przez ćwiczącego, pomocnik instruktora na PN oznacza chorągiewką miejsce upadku granatu / liczy się punkt zetknięcia granatu z podłożem /. Upadek granatu poza wyznaczonym sektorem / miejsce zetknięcia się granatu z podłożem, a nie dotoczenia się i zatrzymania środka bojowego / dyskwalifikuje rzut zawodnika. Zawodnik oddaje rzut po komendzie instruktora „**Do nacierającej piechoty granatem OGNIĄ !**”.

UBIÓR: pas nośny, granatnica, w nakryciu głowy / beret, furażerka, kominiarka / bez hełmu.

OCENA:

Ocenę stanowi suma uzyskanych przez drużynę odległości. Pomiar wykonywany jest od linii rzutu do miejsca zetknięcia się granatu z podłożem, a nie jego dotoczeniem się.

Przykład:

- Zawodnik A – 32 m.
Postawa stojąca - 32 m, klęcząca - 25 m, leżąca – 18 m.
RAZEM ZAWODNIK: 75 metrów tj. 75 PKT.
- Zawodnik B – razem za trzy rzuty 68 metrów tj. 68 PKT.
- Zawodnik C – razem za trzy rzuty 55 metrów tj. 55 PKT.
- Zawodnik D – razem za trzy rzuty 62 metrów tj. 62 PKT.
- Zawodnik E – razem za trzy rzuty 71 metrów tj. 71 PKT.

Razem za drużynę: 331 metrów za 15 rzutów tj. 331 pkt + ewentualny bonus w przypadku zajęcia miejsca od 1 do 3 – patrz zapis poniżej.

UWAGA! Wyniki zaokrąglane są do pełnych metrów tj. np. rzut na odległość 36,4 m oceniany będzie na 36 pkt., rzut na odległość 36,5 m oceniany będzie na 37 pkt.

Za konkurencję przewiduje się bonus w postaci tzw. „dużych punktów”.

- Miejsce I- sze – 50 pkt.
- Miejsce II – gie – 40 pkt.
- Miejsce III – cie – 30 pkt.