



DRAUGŲ IR SPORTO ŠVENTĖS 2024 PROGRAMA

10.30 Dalyvių registracija

Atvykusius renginio svečius prašome užsiregistruoti (registracijos vieta bus pažymėta). Organizaciją kviečiame registruoti savo dalyvius iš anksto el. paštu centraseik@gmail.com. Taip išvengsime eilių ir turėsime daugiau laiko bendravimui.

11.00 Šventės atidarymas

Sveikinimo žodžiai šventės dalyviams (su vertimu į gestų kalbą). Meninės gimnastikos klubo mergaičių pasirodymas.

11.20 Apšilimas su orkestru

Prieš sporto rungtis ir judrius žaidimus pakviesime visus šventiškai pasimankštinti. Apšilimo ritmą palaikys "Septima" orkestro muzikantai.

11.30 Bėgimo su triračiais varžybos – IV Lietuvos čempionatas

Varžybose dalyvauja tik treniruotos lankantys ir tam pasiruošę sportininkai. Kitus šventės dalyvius kviesime iš visų jėgų palaikyti suaugusius ir mažuosius triratininkus.

11:30 – 11:40 60 m bėgimas (vaikai)

11:45 – 11:55 100 m bėgimas (jaunimas iki 25 m)

12:00 – 12:10 100 m bėgimas (moterys)

12:15 – 12:20 100 m bėgimas (vyrai)

12.20 Komandinė estafetė

Estafetėje dalyvaus 8 komandos (nes šiemet 8 – draugiškos šventės skaičius). Registracija į komandas vyks renginio vietoje. Komandoje - iki 15 užduotis atliekančių dalyvių, daugiau žmonių galės jungtis prie komandos kaip palaikymas. Komandos išsirinks savo pavadinimus. Pageidautina, kad komandoje būtų bent vienas narys, judantis vežimėliu. Estafetėje reikės atlikti 6 skirtingas užduotis. Jų atlikimas vertinamas balais. Trys draugiškiausios ir daugiausia taškų surinkę komandos bus apdovanotos.

RUNGTYS:

- 1. Vežimėlių slalomas** (Specialiai paruoštos trasos įveikimas su neįgaliojo vežimėliu: užvažiavimas ant rampos, "gyvatėlė", apsisukimai ir pan. Komanda atliks 3 važiavimus. Taškai skaičiuojami pagal trasos įveikimo greitį).
- 2. Fizinio aktyvumo ratas** (Komandai reikės atlikti išsuktus fizinius pratimus. Komanda turi 3 bandymus. Kuo tiksliau atliksite pratimus, tuo daugiau taškų pelnysite. Nepamirškite – šioje rungtyje vertinamas ir komandinis darbas).
- 3. Bočios užduotis** (Bus 2 taškų zonos. Pirma zona, kurios centre yra baltas kamuoliukas verta 5 balų, antra zona verta 3 balų. Komanda atliks 6 bočios kamuolių metimus. Į kurią zoną pataikysite, tiek taškų laimėsite. Bonus taškai: jeigu mestas kamuoliukas palies centrinį (baltą), komanda gaus papildomus 5 taškus).
- 4. Taiklumo užduotis** (Ant specialaus stovėlio su trijų lygių strypais reikės užmesti virvele sujungtus kamuoliukus. Taškai skaičiuojami pagal tai, ant kuriuos juostos virvelė užkibs: vidurinis – 3, viršutinis strypas – 2 taškai, apatinis – 1. Komanda turės 6 bandymus).
- 5. Pojūčių užduotis** (Komandai reikės išsirinkti 3 savanorius, kurie tik liesdami 6 maišeliuose slypinčius skirtingus daiktus, turės atspėti, kas tai. Taškai skaičiuojami pagal teisingai įvardintų daiktų kiekį).
- 6. Išvermės užduotis** (Komanda stovės pažymėtoje zonoje. Po signalo reikės išlaikyti kamuolį ore: komandos nariai vienas kitam mušinėja-perduoda kamuolį. Skaičiuojamas palietimų skaičius. Kamuolys neturi liesti žemės. Žaidimas

stabdomas, kai kamuolys paliečia žemę arba išeina iš žaidimo zonos. Papildomi 5 bonus taškai skiriami už draugiškumą ir komandinį darbą).

13.20 Sportuojančių draugų patirtys (Integruoto karate sporto šaką pristatys Karate Kyokushin klubo "Kamuido" komanda).

13.30 Apdovanojimai

13.40 Vaišės

(Užsiregistravę dalyviai gaus talonus, kurie vėliau pavirs socialiais skanumynais. Gardžia kava šventės svečius vaišins socialinės iniciatyvos "Kavos galia" komanda. Skanausime ir tiesiai iš sodų atriedėjusius obuolius).

14.00 Šventės uždarymas

Nuolatinės veiklos "Draugų ir sporto šventėje"



Muzika

Žvalią renginio nuotaiką palaikys ritminga „DJ Pamokos Vilniuje“ komanda. Pirmąkart išbandyti muzikinį pultą galimybę turėsite ir jūs, mūsų šventės svečiai. Tereiks prieiti prie didžėjų ir išklaudyti jų profesionalių patarimų. Gal tai bus pirmas žingsnis į naują jūsų hobį – elektorinės muzikos kūrybą...



NAUJIENA – EIK fotosienelė

Kad "Draugų ir sporto šventės" prisiminimai išliktų ilgam, kviesime jus įamžinti prie naujutėlės, dar dažais kvepiančios, "Eik" fotosienelės. Bet tai dar ne viskas... Savo nuotraukomis prašysime pasidalinti Centro "Eik" Facebook posto komentaruose, dalyvauti DRAUGIŠKIAUSIOS-NUOTAIKINGIAUSIOS-ŠVENTIŠKIAUSIOS akimirkos fotokonkurse ir laimėti fantastiškų prizų.



Žaidimai visai šeimai

Mažiausius šventės dalyvius, jų tėvelius bei senelius kartu linksmai pažaisiti, pasivaržyti smagiose estafetėse pakviesime drauge su aktyviaja „Tapk čempionu“ komanda. Čia rungsis muilo burbulų pūtimo čempionai, medinių bokštų statytojai ir kitaip išradingi žmonės. Čempionų salelėje šventinėmis spalvomis galėsite pasipuošti ir savo veidukus.

Renginyje bus fotografuojama ir filmuojama. Dalyviai gali būti matomi renginio nuotraukose ar vaizdo įrašuose, kurie gali būti skelbiami viešai socialiniuose tinkluose ar žiniasklaidoje.