

# KATEGORIA (L)EGIONKI

## Czym jest „Kategoria Legionki”?

To autorski mini turniej dla najmłodszych zawodników (3 i 4 latków), przeprowadzany w ramach turniejów Tenisa 10. Prekursorem w przeprowadzaniu tego typu konkurencji jest Akademia Tenisa Legii Warszawa.

## Dla kogo przeznaczony jest „Kategoria Legionki”?

Dla 3 i 4 latków, czyli dla zawodników, którzy rozpoczęli już swoją przygodę z tenisem, lecz nie są jeszcze gotowi na turniejową grę punktową. W turnieju mogą brać także udział zawodnicy, którzy nie mieli wcześniej do czynienia z rakiętą tenisową. Wystarczy strój sportowy oraz dobre chęci!

## Idea przeprowadzania „Kategorii Legionki”?

To przede wszystkim świetna zabawa poprzez ciekawe konkurencje ruchowe, okazja do nowych tenisowych znajomości oraz aktywnego spędzenia czasu na korcie tenisowym. Główną ideą przeprowadzenia „Kategorii Legionki” jest wprowadzenie najmłodszego pokolenia zawodników w świat pierwszej rywalizacji na korcie tenisowym.

## Konkurencje przeprowadzane w ramach „Kategorii Legionki”:

	Nazwa	Opis	Zasady	Punktacja
1	<b>Zdobywanie zamków</b>  <i>Do zdobycia: 10 punktów</i>	Rzuty piłką w dowolny sposób (preferowane rzuty zza głowy) w ustawione piramidy (3 piramidy po 3 słupki, a na środkowej piramidzie dodatkowo 1 piłka)	<b>Ustawienie:</b> Za linią końcową (linia boczną singlowa) na środku. <b>Zadanie:</b> Wykonać rzut piłką tak, aby zbić „zamek” z ustawionych słupków. Preferowane są rzuty zza głowy. <b>Ilość prób:</b> 5 rzutów <b>Ważne:</b> Pilnujemy nieprzekraczania linii. W przypadku wyraźnego przekroczenia linii, upominamy zawodnika oraz powtarzamy rzut.	Za przewrócenie każdego słupka jest 1 punkt. Za zabicie piłeczki również 1 punkt.
2	<b>Łapanie ognistych kul</b>  <i>Do zdobycia: 10 punktów</i>	Łapanie piłek po koźle do słupków, rzuconych przez Trenera znajdującego się po drugiej stronie siatki.	<b>Ustawienie:</b> Za linią końcową (linia boczną singlowa) na środku. Trener ustawia się po drugiej stronie siatki i podaje piłki. <b>Zadanie:</b> Złapać piłkę po koźle do słupka (odwróconego słupka) trzymanego oburącz. <b>Ilość prób:</b> 10 prób <b>Ważne:</b> Trener podaje piłki delikatnie na boki tak, aby zawodnik wykonał ruch w stronę piłki. Dozwolone jest złapanie piłki,	Za złapanie każdej piłeczki do słupka jest 1 punkt.

			która odbije się od tułowia. Każdą złapaną piłeczkę odkładamy na rakiętę.	
3	<b>Zbijanie piramidek</b>  <i>Do zdobycia: 10 punktów</i>	Turlanie piłek za pomocą rakiety tak, aby zbić ustawione piramidki (5) z piłek tenisowych (4).	<b>Ustawienie:</b> Za linią końcową (linia boczną singlowa). Piłki do poturlania ustawiamy w równych odstępach w 5 miejscach na całej szerokości linii końcowej. <b>Zadanie:</b> Podejść do każdej z 5 piłek i poturlać / „uderzyć” piłkę tak, aby zbić piramidkę. <b>Ilość prób:</b> 5 prób poturlania piłki w stronę dowolnej piramidki <b>Ważne:</b> Za jednym razem można zbić więcej niż 1 piramidę. Dozwolone jest trzymanie rakiety oburącz.	Za zabicie każdej piramidki 2 punkty.
4	<b>Grzybobranie</b>  <i>Do zdobycia: 10 punktów</i>	Zbieranie 5 piłek na rakiętę (na czas). Piłki ustawiamy w 2 narożnikach kortu oraz 3 pod siatką (na środku oraz po bokach)	<b>Ustawienie:</b> Za linią końcową (linia boczną singlowa), rakieta ustawiona na środku kortu główką w stronę siatki, zawodnik startuje zza linii (rakieta między nogami). <b>Zadanie:</b> Zebrać pojedynczo piłki na rakiętę. <b>Ilość prób:</b> 1 próba <b>Ważne:</b> Piłki można zbierać w dowolnej kolejności, każda piłka musi znaleźć się na rakiecie, zawodnik samodzielnie wykonuje ćwiczenie, zawodnik startuje na komendę Trenera.	Najlepszy czas: 10 punktów. Za każdy kolejny czas odejmujemy 1 punkt. W tej konkurencji każdy zawodnik zdobywa min. 1 pkt
5	<b>Slalom gigant</b>  <i>Do zdobycia: 10 punktów</i>	Slalom dookoła 5 słupków z piłką na rakiecie	<b>Ustawienie:</b> Przed przyszykowanym slalomem. <b>Zadanie:</b> Przejść slalom oraz wrócić (koło slalomu) do miejsca, w którym się rozpoczynało, a piłką na rakiecie, tak aby jej nie upuścić <b>Ilość prób:</b> 1 próba <b>Ważne:</b> Dopuszczalne jest trzymanie rakiety oburącz na ręczce rakiety. Zabronione jest podtrzymywanie / poprawianie piłki ręką.	Za każde upuszczenie/zgubienie piłki odejmujemy 1 punkt. W tej konkurencji każdy zawodnik zdobywa min. 1 pkt

**Wszystkie konkurencje odbywają się na kortie tenisowym dla kategorii „niebieskiej” Tenis 10.**

**Czas trwania:**

Około 1h / W zależności od ilości zgłoszeń.

**Nagrody:**

Dla każdego uczestnika pamiątkowy dyplom a dla zwycięzców dodatkowo medale oraz nagrody rzeczowe.

**Wpisowe:**

50zł

**Ważne:**

Każda konkurencja oraz zasady będą dokładnie omawiane i prezentowane przez Trenerów prowadzących mini turniej. Rodzice są proszeni o pozostanie w strefie kibica podczas trwania konkurencji.

Przy takiej samej ilości zdobytych punktów przez zawodników znajdujących się strefie medalowej (miejsca 1 -3) przeprowadzana będzie dogrywka w „Grzybobraniu”.