

TERMÍNY	Termíny jsou průběžně aktualizovány na webových stránkách www.assk.cz v sekci „Soutěže“. Pro pořadatele jsou uvedené termíny závazné.
ÚČASTNÍCI	Čtyřlenná družstva z jedné školy v každé kategorii
PŘIHLÁŠKY	Na vzoru (vzor č. 1) přihlášky vyplňte povolený počet soutěžících a v termínu odešlete pořadateli.
KATEGORIE	III. – žáci 6.–7. tříd a příslušné ročníky víceletých gymnázií IV. – žáci 8.–9. tříd a příslušné ročníky víceletých gymnázií V. – studenti SŠ a příslušné ročníky víceletých gymnázií
TERMÍNY	Termínový kalendář AŠSK. Tyto termíny jsou průběžně aktualizovány na webových stránkách www.assk.cz v sekci „Soutěže“. Pro pořadatele jsou uvedené termíny závazné.
DISCIPLÍNA	Kat. V. SŠ – chlapci: šplh na laně do výše 4,5 m bez přírazu, start ze sedu Kat. V. SŠ – dívky: šplh na tyči do výše 4,5 m s přírazem, start ze stoje Kat. III. a IV. ZŠ – chlapci: šplh na laně do výše 4,5 m bez přírazu, start ze stoje Počet soutěžních kol: okresní kolo – tři soutěžní kola, krajské kolo – čtyři soutěžní kola, republikové finále – pět soutěžních kol.
PRAVIDLA	Soutěží se podle soutěžního řádu AŠSK ČR a pravidel šplhu. Kompletní pravidla naleznete na www.assk.cz/sportovni-souteze/pravidla-k-soutezim/ .

SILOVÝ ČTYŘBOJ

KATEGORIE	IV. – žáci 8.–9. tříd a příslušné ročníky víceletých gymnázií (chlapci) V. – studenti SŠ a příslušné ročníky víceletých gymnázií
TERMÍNY	Termínový kalendář AŠSK. Tyto termíny jsou průběžně aktualizovány na webových stránkách www.assk.cz v sekci „Soutěže“. Pro pořadatele jsou uvedené termíny závazné.
ÚČASTNÍCI	Čtyřlenná družstva z jedné školy – chlapci i dívky
PRAVIDLA	Soutěží se podle soutěžního řádu AŠSK ČR a pravidel silového čtyřboje. Kompletní pravidla naleznete na www.assk.cz/sportovni-souteze/pravidla-k-soutezim/ .
DISCIPLÍNY	V. kategorie – SŠ chlapci: 1. Tlaky s činkou v lehu 2. Trojskok snožmo z místa 3. Shyby na doskočné hrazdě 4. Vznosy na doskočné hrazdě V. kategorie – SŠ dívky: 1. Šplh na tyči 4,5 m s přírazem 2. Trojskok snožmo z místa 3. Hod plným míčem 3 kg z místa 4. Sedy – lehy s oporou nohou IV. kategorie – ZŠ chlapci 1. Šplh na laně 4,5 m bez přírazu 2. Trojskok snožmo z místa 3. Shyby na doskočné hrazdě 4. Sedy – lehy bez opory nohou
PŘIHLÁŠKY	Na vzoru přihlášky (vzor č. 1) vyplňte pouze povolený počet soutěžících a v termínu odešlete pořadateli.