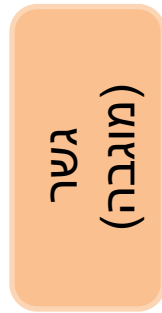


עמדת השופטים

כניסה
ויציאה



רמפה

8

2

קוולטים

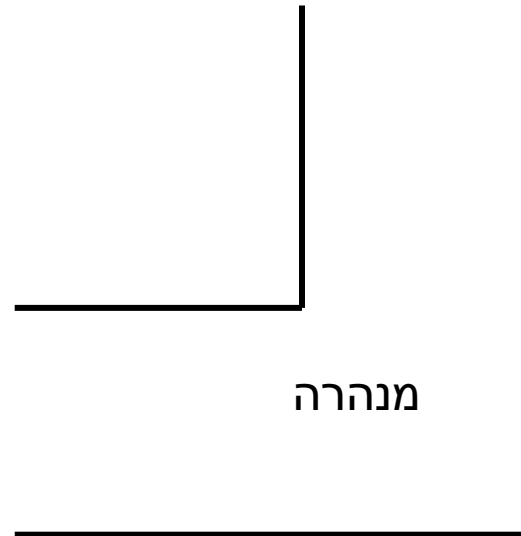


7

6

5

4



1

3

1. מקצה הליכה בהובלה:

- א- כניסה בהליכה ועצירה משמאל לקונוס מס' 1.
- ב- התחלה בהליכה לכיוון הגשר ועלייה על הגשר.
- ג- עצירה על הגשר, ספירה עד 3 ותחילת הליכה לכיוון הריבוע.
- ד- עצירה במרכז הריבוע וסיבוב 270 מעלות שמאלה - עצירה כשהפנים לכיוון קונוס מס' 2.
- ה- כניסה בהליכה לסלאלום משמאל לקונוס מס' 7.
- ו- יציאה בהליכה מהסלאלום מימין לקונוס מס' 4 לכיוון המנהרה (ר).
- ז- כניסה בהליכה למנהרה (ר) עד סופה. עצירה, ספירה עד 3 והליכה אחורה בקו ישר בלבד.
- ח- יציאה מהמנהרה (ר) בהליכה לכיוון הקוולטים.
- ט- מעבר מעל הקוולטים בהליכה ועצירה בצד קונוס מס' 2.
- י- לקיחת חישוק והשחלתו על קונוס מס' 8.
- כ- סיום המסלול בעצירה כשהפנים לשופטים.

2. מקצה הליכה עצמאי:

- א- כניסה בהליכה ועצירה משמאל לקונוס מס' 1.
- ב- התחלה בהליכה לכיוון הגשר ועלייה על הגשר.
- ג- עצירה על הגשר, ספירה עד 3 ותחילת הליכה לכיוון הריבוע.
- ד- עצירה במרכז הריבוע וסיבוב 90 מעלות ימינה - עצירה כשהפנים לכיוון קונוס מס' 2.
- ה- כניסה בהליכה תוך עמידה בארכובות לסלאלום משמאל לקונוס מס' 7.
- ו- יציאה בהליכה מהסלאלום מימין לקונוס מס' 4 לכיוון המנהרה (ר).
- ז- כניסה בהליכה למנהרה (ר) עד סופה. עצירה, ספירה עד 3 והליכה אחורה בקו ישר בלבד.
- ח- יציאה מהמנהרה (ר) בהליכה לכיוון הקוולטים.
- ט- מעבר מעל הקוולטים בהליכה ועצירה בצד קונוס מס' 2.
- י- לקיחת חישוק והשחלתו על קונוס מס' 8.
- כ- סיום המסלול בעצירה כשהפנים לשופטים.

3. מקצה הליכה וריצה קלה (ג'וג) בהובלה:

- א- כניסה בהליכה ועצירה משמאל לקונוס מס' 1.
- ב- התחלה בהליכה לכיוון הגשר ועלייה על הגשר.
- ג- עצירה על הגשר, ספירה עד 3 ותחילת הליכה לכיוון הריבוע.
- ד- עצירה במרכז הריבוע וסיבוב 270 מעלות שמאלה - עצירה כשהפנים לכיוון קונוס מס' 2.
- ה- יציאה בהליכה ומעבר לריצה קלה (ג'וג) לכיוון קונוס מס' 2. בקונוס מס' 2 מעבר להליכה.
- ו- כניסה בהליכה לקוולטים משמאל לקונוס מס' 2.
- ז- ביציאה מהקוולטים מעבר לריצה קלה (ג'וג) לכיוון המנהרה (ר).
- ח- כניסה למנהרה (ר) בריצה קלה (ג'וג) עד סופה. עצירה, ספירה עד 3 והליכתה אחורה.
- ט- עצירה בפתח המנהרה (ר) ופניה ימינה בהליכה לכיוון הסלאלום.
- י- כניסה לסלאלום בהליכה משמאל לקונוס מס' 4 ויציאה מימין לקונוס מס' 7.
- כ- סיום המסלול בעצירה כשהפנים לשופטים.

4. מקצה הליכה וריצה קלה (ג'וג) עצמאי:

- א- כניסה בהליכה ועצירה משמאל לקונוס מס' 1.
- ב- התחלה בהליכה לכיוון הגשר ועלייה על הגשר.
- ג- עצירה על הגשר, ספירה עד 3 ותחילת הליכה לכיוון הריבוע.
- ד- עצירה במרכז הריבוע וסיבוב 90 מעלות ימינה - עצירה כשהפנים לכיוון קונוס מס' 2.
- ה- יציאה בהליכה ומעבר לריצה קלה (ג'וג) לכיוון הקוולטים משמאל לקונוס מס' 2.
- ו- מעבר הקוולטים בריצה קלה (ג'וג) ויציאה לכיוון המנהרה (ר).
- ז- בכניסה למנהרה (ר) מעבר להליכה עד סופה. עצירה, ספירה עד 3 והליכתה אחורה.
- ח- עצירה בפתח המנהרה (ר) ופניה ימינה לכיוון הסלאלום.
- ט- כניסה לסלאלום משמאל לקונוס מס' 4 ויציאה מימין לקונוס מס' 7.
- י- סיום המסלול בעצירה לאחר הסלאלום כשהפנים לשופטים.

5. הליכה, ריצה קלה (ג'וג) ודהירה (לופ) עצמאית:

- א- כניסה בהליכה ועצירה במרכז הריבוע כשהפנים לכיוון קונוס מס' 2. פניה 90 מעלות ימינה.
- ב- יציאה בהליכה מהריבוע לכיוון הגשר. מעבר הגשר בהליכה לכיוון קונוס מס' 1.
- ג- פניה שמאלה מימין לקונוס מס' 1 ומעבר לריצה קלה (ג'וג) לכיוון קונוס מס' 3.
- ד- פניה שמאלה מימין לקונוס מס' 3 ומעבר לדהירה (לופ) על קו המגרש ובסופו מעבר להליכה.
- ה- פניה שמאלה לכיוון קונוס מס' 2 ופניה שמאלה לאחוריו לכיוון הקוולטים.
- ו- מעבר מעל הקוולטים בהליכה וביציאה מעבר לריצה קלה (ג'וג) לכיוון המנהרה (ר).
- ז- כניסה למנהרה (ר) בריצה קלה (ג'וג) עד סופה. עצירה והליכתה אחורה.
- ח- עצירה בפתח המנהרה (ר) ופניה ימינה לכיוון הסלאלום.
- ט- כניסה לסלאלום משמאל לקונוס מס' 4 ויציאה מהסלאלום מימין לקונוס מס' 7.
- י- סיום המסלול בעצירה כשהפנים לשופטים.

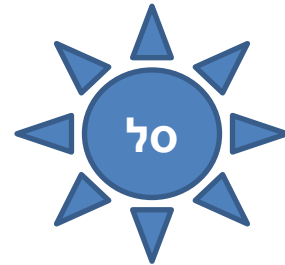
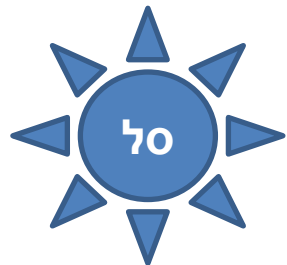
מקצה ג'ימקאנה

רוכב ב'



רמה מקצי 1/2 בהליכה בהובלה בלי חבל או עצמאית
רמת מקצי 3/4 בהליכה קלה (ג'וג) בהובלה בלי חבל או עצמאית

1. על חביות א' מונחים חישוק מושחל על קונוס וכדור.
2. על הרוכבים לקחת את החישוק שמושחל על הקונוס שעל חבית א', לעבור דרך הסלאלום ולהשחיל אותו על הקונוס שעל חבית ב'.
3. לחזור דרך הסלאלום לחבית א', לקחת את הכדור שמונח עליה, להגיע ישירות (לא דרך הסלאלום) לסל, לקלוע לתוכו את הכדור ולחזור ישירות (לא דרך הסלאלום) לחבית א'.
4. סיום המסלול ועצירת הזמן בעצירת הרוכב בצד חבית א'.
5. מנצח המקצה המהיר ביותר לסיים.



רוכב א'

