

1. SPLOŠNE INFORMACIJE

Promocija SV in dobra psihofizična pripravljenost pripadnikov SV sta dve ključni aktivnosti SV. Posledično 72. BR že drugič organizira izvedbo športnega tekmovanja, katerega udeležba je možna tudi za pripadnike uniformiranih struktur RS izven SV. Vabilo bo posredovano tudi posameznim enotam vojska sosednjih držav, s katerimi Slovenska vojska bilateralno že odlično sodeluje. Udeleženci tekmovanja bodo tako pripadniki SV, pripadniki vojska sosednjih držav, pripadniki civilne policije, člani profesionalnih in prostovoljnih gasilskih društev, člani športnih društev in fitness centrov iz domicila 72. BR Maribor in posebej vabljeni člani športnih društev in fitness centrov izven domicila 72. BR. V primeru večjega števila prijavljenih, bo število tekmovalcev omejeno na tri pripadnike na posamezno enoto/društvo/fitness center. Športni dogodek se bo odvijal znotraj vojašnice generala Maistra v Mariboru, ne glede na vremenske pogoje.

Kraj tekmovanja:

Vojašnica generala Maistra Maribor, Ramovševa ulica 2, 2000 Maribor

1.1 TEKMOVALNE SKUPINE

Moški in ženske so razdeljeni v štiri (4) starostne skupine/kategorije in sicer:

KAT 1: starost od 18 do 28 let (rojeni med 01 MAJ 1997 in 30 APR 2008),

KAT 2: starost od 29 do 39 let (rojeni med 01 MAJ 1986 in 30 APR 1997),

KAT 3: starost od 40 do 50 let (rojeni med 01 MAJ 1975 in 31 APR 1986).

KAT 4: starost 51 in starejši (rojeni 31 APR 1975 in prej).

2.2 TEKMOVALNA PRAVILA MOŠKI / COMPETITON

Tekmuje se po pravilih / standardih Mednarodne zveze za funkcionalni fitness (ang. International Functional Fitness Federation - iF3) / MOVEMENT STANDARDS 2025.

Vsak udeleženec mora opraviti sledeče preizkušnje:

1. Tek 1200 M (IF3 standard ID 9.01)

2. 110 zgibov – nadprijem / pronacija (PULL UP - IF3 standard ID 7.04 / ID V.12 strict)

- začetni položaj: komolec v celoti iztegnjen (full Range Of Movement)
- dvig: brada nad višino palice in vrnitev v začetni položaj

3. 220 sklec (PUSH UP - IF3 standard ID 15.01)

- začetni položaj: roke iztegnjene in v širini ramen – položaj za plank
- spust: dotik s prsmi do tal in vrnitev v začetni položaj
- pomoč s koleni ni dovoljena.

4. 330 počepov (AIR SQUAT - IF3 standard ID 1.01)

- začetni položaj: stoječ položaj in popoln izteg nog
- spust v počep, dotik žoge (premer 350 mm) z zadnjico in vrnitev v začetni položaj
- roke so v priročenju (ob telesu) ali v predročenju.

5. Tek 1200 (IF3 standard ID 9.01)

2.3 TEKMOVALNA PRAVILA ŽENSKE / COMPETITON

Vsaka tekmovalka mora opraviti sledeče preizkušnje:

1. Tek 1200 M (IF3 standard ID 9.01)

2. 90 zgibov – nadprijem / pronacija (PULL UP - IF3 standard ID 7.04 / ID V.12 strict)

- začetni položaj: komolec v celoti iztegnjen (full Range Of Movement)
- dvig: brada nad višino palice in vrnitev v začetni položaj

3. 180 sklec (PUSH UP - IF3 standard ID 15.01)

- začetni položaj: roke iztegnjene in v širini ramen – položaj za plank
- spust: dotik s prsmi do tal in vrnitev v začetni položaj
- pomoč s koleno ni dovoljena.

4 270 počepov (AIR SQUAT - IF3 standard ID 1.01)

- začetni položaj: stoječ položaj in popoln izteg nog
- spust v počep, dotik žoge z zadnjico (premer 350 mm) in vrnitev v začetni položaj
- roke so v priročenju (ob telesu) ali v predročenju.

5 Tek 1200 M (IF3 standard ID 9.01)

Tekmovalec ne more začeti z novo disciplino, če ni zaključil predhodne. Če tekmovalec ne zaključi / izvede zahtevanega števila ponovitev v posamezni disciplini, je diskvalificiran. Udeleženci tekmujejo na lastno odgovornost.

2.4. MERILEC

Vsak tekmovalec ima svojega merilca, ki pisno v zapisnik beleži začetni čas preizkusa, opravljene ponovitve, izrečena opozorila in končni čas, ki ga doseže tekmovalec, ko zaključi s preizkusom. Če tekmovalec nepravilno izvaja ponovitve, ga merilec prvič samo ustno opozori na nepravilno izvedbo. Če isti tekmovalec ponovno nepravilno oziroma pomanjkljivo izvaja ponovitve, mu merilec pokaže rumeni karton. Če tekmovalec kljub izrečenemu drugemu opozorilu nadaljuje z nepravilno izvedbo, je diskvalificiran.

2. MEDALJE IN POKALI

MEDALJE: V vsaki posamezni starostni kategoriji prvi trije najboljši posamezniki prejmejo medaljo (ZLATA, SREBRNA in BRONASTA)

POKAL ZA NAJBOLJŠEGA POSAMEZNIKA: Prejme najboljši posameznik v moški konkurenci in najboljša posameznica v ženski konkurenci, ki ne glede na starostno kategorijo, zaključita preizkus v najkrajšem času.

POKAL ZA NAJBOLJŠO EKIPO – PREHODNI POKAL: Prehodni pokal prejme ekipa treh pripadnikov iz iste organizacije (ne glede na starostno kategorijo), ki ima najkrajši skupni seštevek vseh treh časov. Tukaj se lahko seštevajo doseženi časi pripadnikov tako moškega, kakor tudi ženskega spola. Prehodni pokal hrani enota ali organizacija, iz katere prihaja tekmovalec, ki je znotraj najboljše ekipe dosegel najboljši čas. Naslednje leto se prehodni pokal preda naslednji najboljši ekipi na tekmovanju.

3. NASTANITEV IN PREHRANA

Prehrana (kosilo) v času tekmovanja bo zagotovljena s strani 72. brigade SV v vojašnici generala Maistra v Mariboru. Po zaključku tekmovanja bo za vse tekmovalce in njihove spremljevalce skupno kosilo v jedilnici VGM. V času tekmovanja bo za tekmovalce in njihove spremljevalce na samem kraju zagotovljeni kava, čaj in voda.

4. MEDICINSKA OSKRBA

Medicinska oskrba z intervencijskim vozilom bo zagotovljena na kraju in v času izvedbe tekmovanja. V primeru nuje se poškodovanca prepelje v UKC Maribor.

5. PRIHOD NA / ODHOD IZ KRAJA IZVEDBE DOGODKA IN PARKIRANJE VOZIL

Glede na to, da je pričetek dogodka načrtovan ob 10:30, dne 23. 5. 2026, naj bodo tekmovalci v vojašnici najkasneje do 9:30 zjutraj tega dne, da se lahko ustrezno pripravijo (segrejejo) pred začetkom tekmovanja. Stroške potovanja pokrije vsak udeleženec samostojno. Skupni prevoz s strani organizatorja tekmovanja ne bo zagotovljen.

Vstop v vojašnico generala Maistra in parkiranje bo zagotovljeno na **vhodu 6A, Cesta proletarskih brigad, Maribor** (GRID 33TWM 47927 54774).



6. IZVEDBA / POTEK DOGODKA

- Prihod tekmovalcev v Vojašnico generala Maistra Maribor: ob 09:30
- Uradna otvoritev Dneva odprtih vrat vojašnice generala Maistra in nagovor poveljnika 72. BR: 10:00 – 10:05.
- Predstavitev pravil s strani organizatorja 10:10 – 10:15
- Ogrevanje tekmovalcev: 10:15 – 10:30
- Izvedba tekmovanje: 10:30 – 12:35
- **Štart prve skupine** (do 20 PAX): **10:30 – 11:30**
- **Štart druge skupine** (do 20 PAX): **11:35 – 12:35**
- **Štart tretje skupine** (do 20 PAX): **11:35 – 12:35**

- Tuširanje tekmovalcev: 12:40-13:00
- Malica: 13:00 -13:45
- Podelitev medalj in pokalov: 14:00 – 14:15 (na kraju izvedbe tekmovanja)
- Odhod tekmovalcev in spremljevalcev iz VGM: NKK 17:00

7. PRAVILA OBLAČENJA

Vsi udeleženci tekmujejo v civilnih športnih oblačilih in primerni športni obutvi.

Za pripadnike SV in pripadnike tujih vojska se zahteva vojaška uniforma ob podelitvi priznanj in medalj. Ostali udeleženci tekmovanja so v civilnih oblačilih.

8. PRIJAVA NA TEKMOVANJE

Za prijavo na tekmovanje je potrebno izpolniti prijavo v prilogi (Priloga A). Izpolnjeno prijavnico posredujte na elektronske naslove, ki so navedeni v naslednji točki **najkasneje do 24. 4. 2026**.

9. KONTAKTNA OSEBA

Za dodatne informacije, prosim kontaktirajte kontaktne osebe iz 72. BR SV, vojašnica Generala Maistra Maribor, ki so navedene v nadaljevanju:

1. Švod. Bojan FERŠ
Email: bojan.fers@mors.si
TLF: 00386 2 449 10 21
2. Švod. Sandi DRAŠKOVIČ
Email: sandi.draskovic@mors.si
TLF: 00386 2 449 10 21