



NYUGDÍJAS KLUBOK ÉS IDŐSEK **"ÉLETET AZ ÉVEKNEK"** ORSZÁGOS SZÖVETSÉGE

Budapest, 1068 Benczúr u. 45. III. emelet Tel./Fax: 06/1/327-0118

E-mail: [nyugszov@hu.inter.net](mailto:nyugszov@hu.inter.net)

Sport és Szabadidő Bizottság

---

## Sport és szabadidő bizottság 2024. évi programja

(tervezet)

### Általános feladatok

- az eddigi tapasztalatokat hasznosítva a Budapesten megrendezhető eseményeket még jobban kell népszerűsíteni, újabb lehetőségeket kell felkutatni;
- a helyhez kötött rendezvényeket (pl. túraverseny) az ország több területére kell kiírni;
- ki kell írni a „Mozgás Fesztivál” felhívását és tervezett programját;
- elő kell segíteni a Zala Vármegyei kezdeményezés alapján a „Tekerj a szívedért” mozgalom elterjedését;
- törekednünk kell arra, hogy minél több Szövetségünkhöz tartozó klub csatlakozzon az OGYIK mozgalomhoz;
- a versenyek megrendezéséhez az adott területen alkalmas klubokat és személyeket kell felkérni;
- a korábbi tapasztalatokat hasznosítva több sportágban meg kell szervezni a nyugdíjasok Kelet-Magyarországi és Dunántúli bajnokságait, egyéb területi versenyeket;
- 2024. évben is meg kell hirdetni a „Világ Gyalogló Nap” programot, amikor a nyugdíjasok egy napon, lehetőleg egy időben rendezzenek sétát, túrát;
- Szövetségünk megalakulásának 35. évfordulója alkalmából sorversenyt szervezünk „ÖTSZÖR HÉTPRÓBA” elnevezéssel;
- tovább kell erősíteni a sportos kapcsolatokat más nyugdíjas szervezetekkel;
- minden területen a fő cél a részvétel legyen, ne a minden áron győzni akarás.

### 2024-es rendezvények

A bizottság javasolja, hogy az alábbi területeken, sportágakban segítsünk, alakítsunk ki megyei és országos versenyszerű rendezvényeket:

- séta az egészségért;
- együttes egészséges séta a terület vezetőinek társaságában. Főleg egy-egy település klubja, vagy klubjai szervezésében a településen, vagy közvetlen térségében ajánlott;
- tízpróba elő versenyei után országos döntőt is meg kell rendezni lehetőleg Budapesten;
- az „ÖTSZÖR HÉTPRÓBA” helyi, területi előversenyei után az országos döntőt is meg kell rendezni lehetőleg Budapesten;
- nyugdíjasok túraversenye:
  - 70 év alatti és 70 év feletti kategóriában teljesíthető szintidővel, 5 – 5 fős csapatok részvételével, 25 kérdéses, vagy hasonló túra tesztel kiegészítve;
- nyugdíjasklubok és klubtagok kártyaversenye
- egyéni és csapatverseny ulti és rómi játékokban
- nyugdíjasklubok és klubtagok sakkversenye
  - női és férfi egyéni verseny

- 4 fős férfi csapatverseny
- nyugdíjasklubok és klubtagok tekeversenye
  - női és férfi egyéni és csapatverseny
  - nőknél 15 dobás telire
  - férfiaknál 10-10 dobás teli és tarolás
  - az egyéni helyezéseket a 2 fős női és 4 fős férfi csapatok versenyében elért eredmények alapján kell értékelni
- nyugdíjasok úszóversenye
- nők és férfiak külön versenyezzenek
- 2 x 25 – 33 – 50 m-es javasolt számok mell, hát-és gyorsúszásban
- indítás nem rajtkőről

A bizottság rendezte meg az országos döntőket:

- sakkverseny
- tekeverseny
- kártyaversenyek
- „tízpróba” sorverseny
- „ÖTSZÖR HÉTPRÓBA” sorverseny
- túraverseny
- úszás

## Ülésterv

### 2024. február 29. (10.30 óra)

Napirend:

1. A sportbizottság 2024. évi munkatervének betérjesztése (írásos)  
Ea: Czingler Sándor
2. A 2024. évi sportversenyek megrendezésének részletes feladatai  
Ea: Medveczki Aranka, Czingler Sándor
3. A sportbizottság tervezett gazdálkodása (írásos)  
Ea: Medveczki Aranka, Czingler Sándor
4. Vegyes ügyek

### 2024. április 29. (10.30 óra)

Napirend:

1. Együttműködés a Magyar Szabadidősport Szövetséggel a regionális és országos rendezvényeken  
Ea: a MASZ képviselői
2. Együttműködés az OGYIK országos elnökségével  
Ea: az OGYIK képviselői
3. Vegyes ügyek

### 2024. november 28. (10.30 óra)

Napirend:

1. 2024. évi munkaterv megvalósítása (írásos)  
Ea: Sportbizottság vezető
2. A sportbizottság 2025. évi munkatervének betérjesztése első olvasatban  
Ea: Medveczki Aranka
3. A sportbizottság 2024. évi gazdálkodása (írásos)  
Ea: Sportbizottság vezető
4. Vegyes ügyek