



### Kategoria

- Sport

Drużyny Ośrodka Sportu i Rekreacji w Hajnówce na dobre wznowiły swoje zajęcia sportowe i cały czas uczestniczą w piłkarskich rozgrywkach ligowych. Pogoda coraz bardziej dopisuje, dni są coraz dłuższe - takie warunki z pewnością zachęcają dzieci i młodzież do aktywności fizycznej i ruchu na świeżym powietrzu. Dlatego też trenerzy, w majowe popołudnie, postanowili sprawdzić swoich najstarszych podopiecznych w wszechstronnym teście piłkarskim.

Zorganizowane zawody na nowym, zrewitalizowanym obiekcie OSiR Hajnówka cieszyły się dużym zainteresowaniem. W naszym wydarzeniu swoje umiejętności sprawdziło ponad 20 młodych piłkarzy. Uczestnicy piłkarskiego testu mieli sporo zadań do wykonania. Szczególnie zależało nam na sprawdzeniu wartości motorycznych jak i piłkarskich umiejętności technicznych nastoletnich zawodników. Wśród zadań znalazł się bieg na dystansie 30m (szybkość), skok w dal z miejsca (próba mocy), prowadzenie piłki na czas na dystansie 30 m oraz prowadzenie piłki ze zmianą kierunku biegu między tyczkami (technika specjalna). Na zakończenie wydarzenia pomiędzy wszystkimi uczestnikami został rozegrany piłkarski wewnętrzny sparing.

Poniżej w tabelach prezentujemy uzyskane wyniki zawodników i ostateczną klasyfikację. Zajęcie

pierwszych trzech miejsc wyróżniliśmy poprzez wręczenie pamiątkowych medali. Wszyscy zawodnicy z udział w naszej imprezie dostali także słodki upominek. Tego typu testy zamierzamy kontynuować w wakacyjnym czasie. Dziękujemy z aktywny udział i życzymy samych sukcesów na piłkarskich boiskach.

## Grupa Trampkarzy Starszych 2006

<b>1</b>	<b>Romańczuk Piotr</b>	<b>4,27 sek.</b>	<b>227 cm</b>	<b>4,78 sek.</b>	<b>15,34 sek.</b>	<b>41 pkt.</b>
<b>2</b>	<b>Moszczyński Kamil</b>	<b>4,28 sek.</b>	<b>210 cm</b>	<b>4,57 sek.</b>	<b>14,56 sek.</b>	<b>37 pkt.</b>
<b>3</b>	<b>Kołecki Krzysztof</b>	<b>4,37 sek.</b>	<b>210 cm</b>	<b>4,96 sek.</b>	<b>13,71 sek.</b>	<b>33 pkt.</b>
4	Jurczuk Damian	4,38 sek.	223 cm	5,15 sek.	16,37 sek.	27 pkt.
5	Artemiuk Mateusz	4,46 sek.	215 cm	4,98 sek.	16,42 sek.	22 pkt.
5	Czyż Marcin	4,65 sek.	220 cm	5,24 sek.	15,60 sek.	22 pkt.
7	Czeremczuk Maksymilian	4,37 sek.	220 cm	5,27 sek.	18,87 sek.	21 pkt.
8	Jerzyk Bartosz	5,03 sek.	204 cm	5,37 sek.	15,21 sek.	14 pkt.
9	Koperek Gabriel	4,64 sek.	190 cm	5,38 sek.	17,90 sek.	11 pkt.
10	German Maciej	4,68 sek.	203 cm	5,34 sek.	19,59 sek.	11 pkt.

## Grupa Trampkarzy młodszych 2007/2008

<b>1</b>	<b>Janiel Aleksander</b>	<b>4,63 sek.</b>	<b>237 cm</b>	<b>5,03 sek.</b>	<b>14,81 sek.</b>	<b>40 pkt.</b>
<b>1</b>	<b>Kędzierski Arek</b>	<b>4,37 sek.</b>	<b>213 cm</b>	<b>4,87 sek.</b>	<b>15,71 sek.</b>	<b>40 pkt.</b>
<b>3</b>	<b>Lewczuk Jakub</b>	<b>4,43 sek.</b>	<b>206 cm</b>	<b>5,07 sek.</b>	<b>15,76 sek.</b>	<b>31 pkt.</b>

4	Jabłoński Szymon	4,45 sek.	227 cm	5,63 sek.	15,87 sek.	29 pkt.
5	Rudzki Kazimierz	4,79 sek.	209 cm	5,27 sek.	15,05 sek.	28 pkt.
6	Tellos Oskar	4,58 sek.	188 cm	5,88 sek.	15,55 sek.	19 pkt.
7	Czarnocki Karol	5,02 sek.	200 cm	5,78 sek.	15,96 sek.	13 pkt.
8	Ostapczuk Jakub	4,86 sek.	206 cm	6,03 sek.	19,20 sek.	11 pkt.
9	Komarzewski Dawid	5,00 sek.	194 cm	6,62 sek.	17,25 sek.	10 pkt.
10	Sawczuk Piotr	4,71 sek.	185 cm	5,82 sek.	22,07 sek.	10 pkt.
11	Kondratiuk Wojciech	5,01 sek.	177 cm	5,75 sek.	21,05 sek.	8 pkt.

## Tabele z ocenami osiągniętych wyników

Ocena	Punktacja	Odległość	Punktacja	Czas
5	Bardzo dobra	230 cm +	Bardzo dobra	13,5" <
4	Dobra	179 - 229 cm	Dobra	13,06" - 15,5"
3	Przeciętna	129 - 178 cm	Przeciętna	15,06 - 17,6"
2	Słaba	79 - 128 cm	Słaba	17,7 - 19,04"
1	Bardzo słaba	< 78 cm	Bardzo słaba	> 19,05"

Ocena	Punktacja	Czas	Punktacja	Czas
5	Bardzo dobra	4,5" <	Bardzo dobra	5,0" <

4	Dobra	4,6"	Dobra	5,1"
3	Przeciętna	4,7"	Przeciętna	5,3"
2	Słaba	4,8"	Słaba	5,4"
1	Bardzo słaba	4,9"	Bardzo słaba	>5,5"

Dawid Wojciuk, Marek Hanula, Tomasz Dobosz

---

**Source URL:**

<https://hajnowka.pl/aktualnosc/sport/1245-jaki-masz-potencjal-pilkarzu-wszechstronny-test-z-1105202>

1