

# BALLÓSZÖGI NYAKVÁGÓ-FÉLMARATON ÉS CSALÁDI SPORTNAP

Ballószög,  
Gárdonyi Géza u. Focipálya

Az ősz egyik legszebb napján tarts velünk és fuss a csodás Kiskunsági Nemzeti Park területén át a méltán hírhedt Nyakvágóig!

## 2013. OKTÓBER 20. VASÁRNASZÉN 9 ÓRÁTÓL

### Sportprogramok:

#### Futóversenyek

- 10<sup>00</sup> - 400 méter, gyermekverseny, 14 éves korig
  - 10<sup>45</sup> - 3.5 km futás, gyermek, felnőtt
  - 10<sup>40</sup> - 7.0 km futás. gyermek, felnőtt
  - 10<sup>35</sup> - 14 km, km futás, 16 éves kor felett
  - 10<sup>30</sup> - 21 km a Nyakvágóig, 16 éves kor felett
- regisztráció 9<sup>00</sup>-9<sup>45</sup>-ig



Futóverseny

#### Kerékpárverseny

- 10<sup>10</sup> - 4 km terepen
- regisztráció 9<sup>00</sup>-9<sup>45</sup>-ig



Kerékpárverseny

#### Egyéb sportok

- 10<sup>00</sup> - Kispályás foci (5+1 fő)
- 10<sup>00</sup> - Kosárlabda palánkra dobó verseny
- 10<sup>00</sup> - Kézilabda kapura dobó verseny
- 10<sup>00</sup> - Rögbi, cselgáncs bemutató



Kispályás amatőr foci 2 pályán

### Családi sportversenyek:

- Családi Futás 400 m (2 felnőtt+1 gyermek)
- Talicskatolás (1 felnőtt+1 gyermek)
- Kötélhúzás (5 fős csapatok)
- Zsákbanfutás
- Sörpörgő (idd a sört pörögj 10x és fuss) földj 1 rekesz sör



Talicska toló verseny

### Trend Fitness programok:

- 10<sup>00</sup> -13<sup>00</sup> Aerobik, Trend fitness
- 10<sup>00</sup>-10<sup>15</sup> Össznépi bemelegítés
- 10<sup>15</sup>-10<sup>45</sup> X-CO óra
- 11<sup>00</sup>-11<sup>45</sup> Spinning
- 12<sup>00</sup>-12<sup>45</sup> Hot Iron



Aerobik és Fitness



Aerobik és Fitness

Főszervező: Somogyi Lajos, [somogyi.lajos@gmail.com](mailto:somogyi.lajos@gmail.com), Tel.: (06-30/223-5468)  
bővebb infó a Futászög SC facebook oldalon vagy a [nyakvagofutas.atw.hu](http://nyakvagofutas.atw.hu)



SAKMAI PARTNERÜNK



MÉDIA PARTNERÜNK



MÉDIA PARTNERÜNK



Minőség az Erősségünk



www.trendfitness.hu



Panzió-Étterem



FORNETTI PIROSKA

# BALLÓSZÖGI NYAKVÁGÓ-FÉLMARATON ÉS CSALÁDI SPORTNAP

Ballószög,  
Gárdonyi Géza u. Focipálya

Az ősz egyik legszebb napján tarts velünk és fuss a csodás Kiskunsági Nemzeti Park területén át a méltán hírhedt Nyakvágóig!

2013. OKTÓBER 20. VASÁRNAP 9 ÓRÁTÓL



Coca Cola ugrálóvár és mászópalack

## Gyermek programok:

- Coca Cola ugrálóvár és mászópalack
- Decathlon trambulín
- Ludas Matyi bábszínház
- Népi játékok
- Kézműves foglalkozások
- Arcfestés
- Mézeskalács készítés
- Lovaglás



Decathlon trambulín



Bábszínház

## Egészségügyi programok:

- Ingyenes orvosi vizsgálat
- Vérnyomásmérés
- Vércukormérés
- Egészséges életmód tanácsadás
- Gyógyteák és gyógyfüvek



Egészségügyi programok

## Versenyek:

- A falu legjobb (pálinkája, süteménye, lekvárja) verseny
- A falu szépe választás
- Díjazzuk a legfiatalabb és legidősebb emberét



Gyermekeknek lovaglás

Főszervező: Somogyi Lajos, [somogyi.lajos@gmail.com](mailto:somogyi.lajos@gmail.com), Tel.: (06-30/223-5468)  
bővebb infó a Futaszög SC facebook oldalon vagy a [nyakvagofutas.atw.hu](http://nyakvagofutas.atw.hu)