

Soutěž individuálních dovedností

Individual Skills Competition – Soutěž individuálních dovedností

Test 1. – Házení rukou / Hand Toss

Sportovec užije jednu nebo obě ruce k nadhozu míčku do vzduchu po dobu 30 sekund. Sportovec může chytit nebo odrazit míček a je udělen jeden bod pokaždé, když míček zasáhne ruku sportovce. Pokud sportovec ztratí kontrolu nad míčkem podáme mu další a pokračujeme počítání.

Athlete uses one or both hands to toss the ball in the air for a period of 30 seconds. The athlete may catch or slap the ball and is awarded one point each time the ball hits his/her hand. If the athlete loses control of the ball, give him/her another ball and continue the count. Special Olympics Summer Sports Rules

Test 2. – Odrazy pálkou / Racket Bounce

Sportovec získává bod pokaždé, když užije raketu k odrazu míčku nahoru do vzduchu po dobu 30 sekund. Pokud sportovec ztratí kontrolu nad míčkem podáme mu další a pokračujeme v počítání.

Athlete scores one point for each time he/she uses the racket to bounce the ball upward in the air over the course of 30 seconds. If the athlete loses control of the ball, hand him/her another ball and continue the count.

Test 3. – Forhend / Forehand Volley

Sportovec stojí na své straně stolu, druhý hráč (nahrávač) stojí na straně druhé. Používá se pět balonů, nahrávač hází každý míček na sportovcovu forhendovou stranu. Sportovec získává bod, když odehraje balon zpět na stranu nahrávače. Míček se musí dotknout stolu, aby byl započítán bod. Sportovcovo skóre pěti bodů je získáno za odehrání balónu do kteréhokoli prostoru soupeře.

Athlete stands on his/her side of the table with another player (feeder) on the other side. Using a total of five balls, the feeder tosses each ball to the athlete's forehand side. The athlete scores one point for hitting the ball back to the feeder's side of the table. The ball must hit the table to count as a point. The athlete scores five points for hitting into either service box.

Test 4.- Backhand / Backhand Volley

Stejné cvičení jako forhendem, s rozdílem, že nahrávač posílá balóny na sportovcovu backhandovou stranu.

Same as forehand volley, except the feeder sends the ball to the athlete's backhand side.

Test 5. – Servis, podání / Serve

Sportovec bude podávat pět balónů z pravé strany stolu a pět balónů z levé strany stolu. Míček, který je umístěn na správnou stranu bude započítán jako jeden bod.

The athlete shall serve five balls from the right side of the table and five balls from the left side of the table. A ball that lands in the correct service box will count as one point.

Finálové skóre /Final Score

Hráčské skóre je určeno celkovým součtem všech bodů dosažených v každém z pěti testů, které jsou zahrnuty v Testech Individuálních Dovedností.

A player's final score is determined by adding together the scores achieved in each of the five events which comprise the Individual Skills Contest.