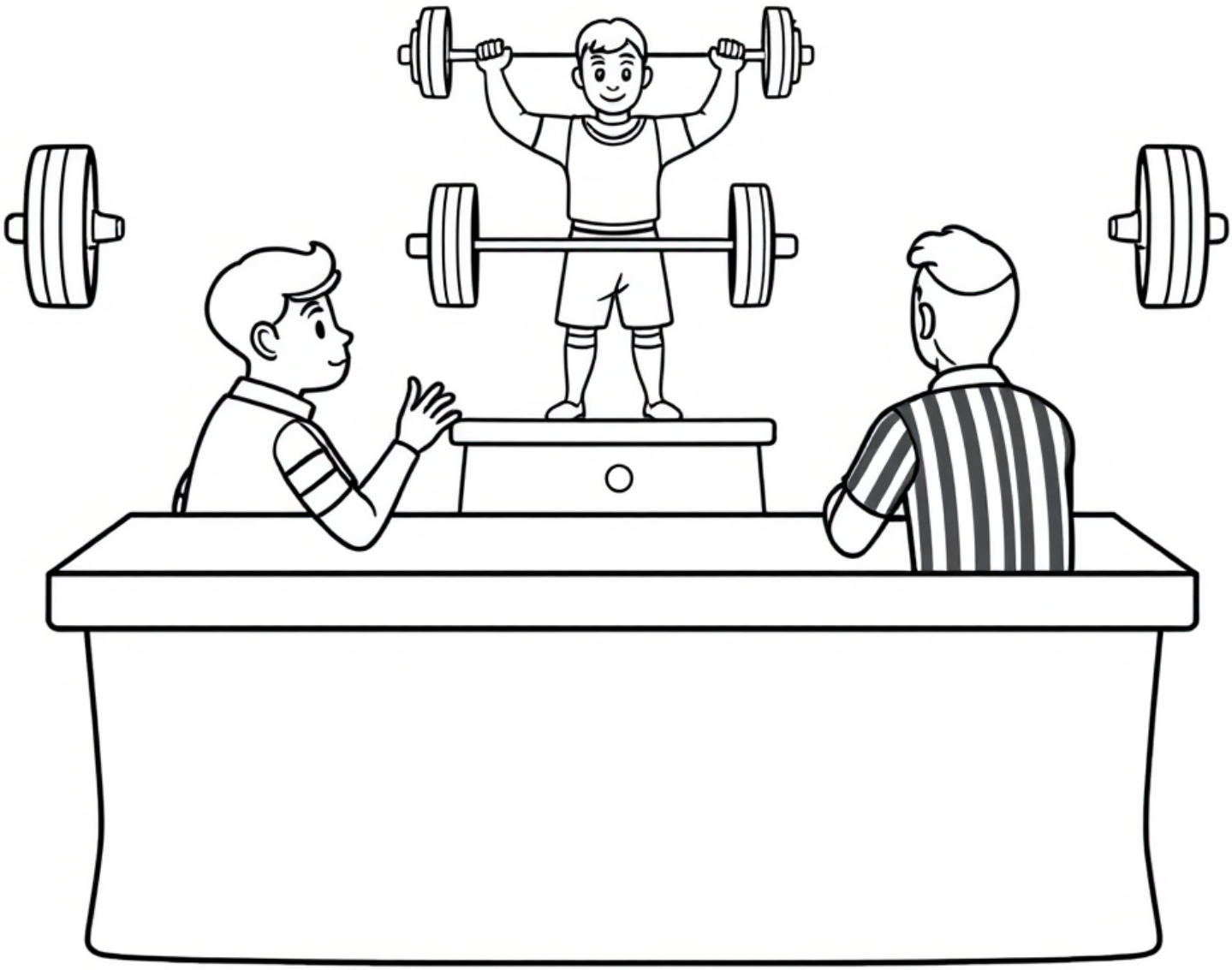
# Podnoszenie ciężarów — sędziowie oceniają poprawność podniesienia sztangi



KolorowankiOli.pl powered by AnimatOlka animacje na Twoich eventach AnimatOlka.pl

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka do domu, przedszkola, szkoły oraz na imprezy okolicznościowe · K-25003

# Podnoszenie ciężarów — sędziowie oceniają poprawność podniesienia sztangi

Po każdej próbie podniesienia sztangi sędziowie oceniają, czy ruch został wykonany zgodnie z przepisami. Na obrazku trzej sędziowie siedzą przy stoliku i sygnalizują swoją decyzję.

## Ciekawostka

W podnoszeniu ciężarów o poprawności próby decyduje trzech sędziów, którzy głosują niezależnie od siebie. Zawodnik musi utrzymać sztangę nad głową przez chwilę, zanim sędziowie uznają próbę za udaną.

## Sugerowane kolory

Stolik sędziowski w brązie, sztanga w szarości, hala zawodów w błękicie.

## Wskazówka dla rodzica

*Porozmawiaj z dzieckiem o tym, dlaczego w sporcie potrzebni są sędziowie.*

https://animatolka.pl

ŚLĄSK: Eventy firmowe i miejskie · Szkolne · Przedszkolne · Wesela · Komunie