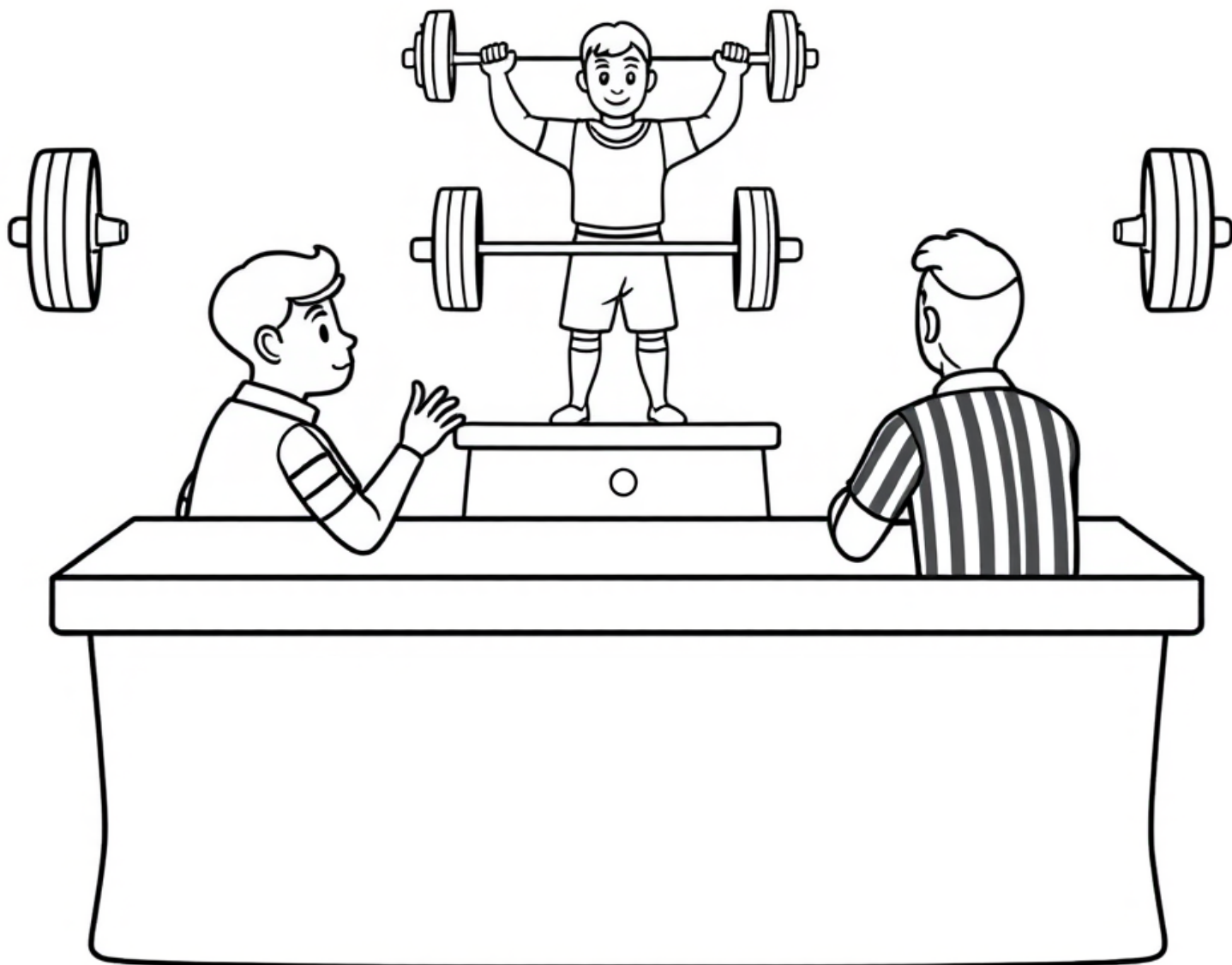


Podnoszenie ciężarów — sędziowie oceniają poprawność podniesienia sztangi



kolorowanki.pl

powered by



Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-25003



kolorowankioli.pl

K-25003 · Wiek 7-12 lat

Podnoszenie ciężarów — sędziowie oceniają poprawność podniesienia sztangi

Po każdej próbie podniesienia sztangi sędziowie oceniają, czy ruch został wykonany zgodnie z przepisami. Na obrazku trzech 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 błękitie.

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