**Pest Vármegyei Rendőr-főkapitányság Sportnap**

**Programterv**

**I. Rendezvény áttekintése**

A Pest Vármegyei Rendőr-főkapitányság (továbbiakban: Pest VMRFK) és a Dunakeszi Városi Sportkör (továbbiakban: DVSK) célja egy biztonságos, szervezett, színvonalas sportnap lebonyolítása, amelyben a résztvevők aktívan bekapcsolódhatnak a versenyekbe, ezáltal erősítve az állomány csapatkohézióját.

**Sportnap Programterv – 2025. május 8.**

**Rendezvény neve:** Pest VMRFK Sportnap 2025.
**Időpont:** 2025. május 8. (csütörtök)
**Helyszín:** Dunakeszi Magyarság Sporttelep (2120 Dunakeszi, Fő út 145.)
**Résztvevők száma:** 1000 fő
**Megnyitó:** 08:45
**Egységes aerobik bemelegítés:** 09:00–09:30 **Közreműködik Kundlya Zsófia**
**Versenykezdet:** 09:45
**Záróesemény / Eredményhirdetés:** 15:00

**II. Sportágak lebonyolítása (lebonyolítási időrend szerint)**

**1. Sárkányhajó verseny**

* **Lebonyolítás:** 3 hajóval (hajónként 20 fő), 1 kör/250 m, legjobb idő nyer
* **Helyszín:** Dunakeszi, Liget utca 1. – rév között
* **Utazás:** 2 busz folyamatos körjárattal, kb. 20 perces menetidő
	+ **Buszmenetrend:**
		- 1. turnus indulás: 09:00 – visszaérkezés 10:00
			2. turnus indulás: 10:10 – visszaérkezés 11:10
			3. turnus indulás: 11:20 – visszaérkezés 12:30
* **Felszerelés:** mentőmellények, evezők, stopper, hangosbeszélő, rádiós kapcsolat
* **Szervezők száma:** 6 fő (3 kormányos, 1 időmérő, 2 segítő)
* **Önköltséges:** 1000Ft / fő

**2. Labdarúgás (kispályás)**

* **Csapatlétszám:** 5+1 fő (5 mezőnyjátékos + 1 kapus)
* **Lebonyolítás:** 4 csoport, majd elődöntő és döntő
* **Pályák:** 2 füves pálya
* **Pályaméret:** 40 x 20 m (kispályás)
* **Mérkőzések:** 2x6 perc, 2 perc szünet
* **Felszerelés:** 4 kapu, 4 labda/pálya, síp, bírói jegyzőkönyv, csoporttáblák,
* **Szervezők száma:** 4 fő (2 bíró, 2 eredményrögzítő és technikai segítő)

**Szabályok:**

* Nincs les.
* Oldalbedobás helyett oldalberúgás.
* Durva szabálytalanság = 2 perces kiállítás.
* Kapus kézből nem rúghatja előre a labdát.
* Továbbjutás pontegyenlőség esetén gólaránnyal, egymás elleni eredménnyel, több nyert meccsel, végső esetben mérkőzésen kívül 3-3 7 méteres büntetőrúgással történik.

**3. Röplabda (mix 4+1 fővel)**

* **Csapatlétszám:** 5 játékos (min. 1 nő a pályán)
* **Lebonyolítás:** egyenes kiesés, negyeddöntő – döntő
* **Pálya:** 1, sportcsarnokban (tollaslabda után következik)
* **Pályaméret:** 18 x 9 m
* **Mérkőzések:** 1 szett 15 pontig
* **Felszerelés:** háló (állítható magasságú), labdák, síp, pontozótábla, jegyzőkönyv
* **Szervezők száma:** 2 fő (bíró, pontozó technikai segítő)

**4. Tollaslabda**

* **Lebonyolítás:** egyenes kiesés, 1 szett 11 pontig
* **Pálya:** sportcsarnok (röplabda után)
* **Pályaméret:** 13,4 x 5,18 m
* **Felszerelés:** háló (1,55 m), labdák, ütők, pontozótábla
* **Szervezők száma:** 2 fő (bíró, pontozó adminisztrátor)

**5. Asztalitenisz**

* **Lebonyolítás:** egyenes kiesés, 2 asztalon
* **Pálya:** tornaterem vagy kijelölt beltéri helyszín
* **Mérkőzések:** 1 szett 15 pontig
* **Felszerelés:** 2 db versenyasztal, hálók, ütők, labdák, pontozótábla
* **Szervezők száma:** 2 fő (2 bíró adminisztrátor)

**6. Fekvenyomás**

* **Lebonyolítás:** súlysorozat szerint, 3 kísérlet/fő
* **Helyszín:** konditerem
* **Felszerelés:** súlyzópad, tárcsasúlyok (5–25 kg), biztosítórúd, bírói lap
* **Szervezők száma:** 3 fő (bíró, 2 fő technikai segítő)

**7. 4x100 m váltófutás**

* **Lebonyolítás:** egyetlen döntő futam, legjobb idő nyer
* **Pálya:** salakos futópálya
* **Felszerelés:** váltóbotok, stopper, síp, egymás mellett 2 pálya felvonalazása 100 méteren.
* **Szervezők száma:** 2 fő (indító, időmérő adminisztrátor)

**Szabályok:**

* Váltóbot kötelező.
* Bot leejtése = kizárás.
* Hibás váltás = figyelmeztetés vagy kizárás.

**8. Tenisz**

* **Lebonyolítás:** egyenes kiesés
* **Pálya:** sporttelepi teniszpálya
* **Pályaméret:** 23,77 x 8,23 m (egyenlő)
* **Felszerelés:** háló, ütők, labdák, pontozótábla
* **Szervezők száma:** 2 fő (bíró, adminisztrátor)

**Meccsformátum:** 1 szett 6 nyert játékig (2 játék különbséggel)
**Szabályok:**

* Saját ütőt lehet hozni, labdát biztosítunk.
* Hibás szerva kétszer = pont az ellenfélnek.
* Tie-break 6–6-nál 7 pontig (2 különbséggel).

**A hangosbemondó kezeléséhez 1 fő narrátor a kinti versenykere és 1 fő a fedett sportcsarnokba szükséges.**

**A 2-8. sportágak lebonyolításához szükséges sporteszközöket és pályákat a DVSK biztosítja.**

**III. Helyszíni infrastruktúra**

**Mosdók**

* Saját mosdók: 5 db
* Javasolt: 1 WC / 50 fő → 20 db szükséges összesen
* Mobil WC: 15 db
* Kézfertőtlenítők: 10 ponton
* Szemetesek: legalább 20 db, + szelektív gyűjtők: papír, műanyag, ételmaradék, kommunális

**A rendezvény ideje alatt a mosdók takarítása, valamint a szemetesek ürítése szükséges, amiben a DVSK közreműködését kérem.**

**VIP Parkoló**

* Helyszín: A sporttelep területén, a bejárathoz közel kijelölt VIP parkolóhelyek 40 személyautó számára.

**Rendezői Pihenő**

* Helyszín: A sporttelepen elkülönített pihenőzóna.

**Öltözők**

* Helyszín: A sporttelep épületében vagy annak közelében biztosított öltözők.
* Nincs szükség zárható szekrényekre, mivel az öltözés után nem marad ruha az öltözőkben

**IV. Étkezés**

* **Típus:** (készen hozva)
* **Időkeret:** 11:30–14:30
* **Forgó rendszer:** egyszerre max. 250 fő
* **Sörpadgarnitúra:** 30 garnitúra (8 fő/garnitúra)
* **Kialakítás:** fedett vagy árnyékolt pihenőzóna 1db nagy központi sátor valamint 4 db 3x3 méteres kicsi
* **Víz:** 4 db 0,5l ásványvíz/fő (4 000 db 0,5l)
* **Kávé:** 2 adag kávé/fő (2 000 adag)

**V. Kiegészítő szolgáltatások**

* **Frissítőpontok:** 2 helyszínen víz, kávé
* **Orvosi pont:** teljes elsősegély-felszereléssel, mentőautóval
* **Forgalomirányító kollégák:** 2 páros egyenruhás (I. egység főút felőli bejáratnál II. egység a hátsó Sólyom u. és a szerviz út közötti szakaszhoz)

**VI. Rendezők összesítése**

* Sportágak lebonyolítása + narrátor: 25 fő
* Orvosi szolgálat: 2 fő
* Parkolást segítők és logisztika: 8 fő
* Önkéntes segítők: 20–30 fő
* **Összesen:** kb. 65 fő

**VII. Kommunikáció és környezetvédelem**

* **Hangosítás:** központi rendszer + kezelő személyzet + 2 fő narrátor
* **Információs pult:** regisztrációnál
* **Jelzőtáblák:** pályák, mosdók, frissítők, étkezés, orvosi pont
* **Környezetvédelem:** szelektív hulladékgyűjtés, lebomló evőeszközök

**Melléklet:**

* Pályaelrendezés
* Versenyszabályzatok
* Rendezői kontaktlista