

ALTER SPORT FESTIWAL - SOBOTA

BOISKO NR 1 - w godzinach 12:00 - 20:00

SLACKLINE - LUŻNY RACIBÓRZ.

Chodzenie i wykonywaniu trików na taśmie (taśma z górną asekuracją dla najmłodszych), pokazy oraz warsztaty dla nowicjuszy oraz zaawansowanych:

13:00 – nauka stawiania pierwszych kroków,

14:00 – wstęp do trickliningu,

15:00 – wstęp do highliningu,

16:00 – nauka wstawiania i slackyoga dla początkujących,

17:00 – slackyoga dla średniozaawansowanych oraz pokaz żonglowania na taśmie.

MOBILNA ŚCIANKA WSPINACZKOWA.

Możliwość spróbowania wspinaczki na siedmiometrowej, dmuchanej ścianie.

WSPINACZKA DRZEWNA oraz RELAKS w KORONACH DRZEW.

Możliwość spróbowania wspinaczki na drzewach oraz hamaki w koronach drzew.

ALTER SPORT NINJA KIDS.

Zawody w ramach Rybnickiej Ligi OCR KIDS, eliminacje od godziny 14:00, półfinały oraz finały od godziny 18.00. Zapisy w dniu imprezy od godziny 13:00. Opłata 40 zł/os. (tylko gotówka).

FIT & MORE.

KALISTENIKA, POLE DANCE, OCR / NINJA, AKROBATYKA.

12:00 – konkurs na największą liczbę wykonanych pompek,

13:00 – występ Pole Dance: Natalia Skurzok,

13:30 – konkurs Ocrowy na siłę chwytu: Dawid Jarzabek,

14:30 – spotkanie z dwukrotnym zwycięzcą Ninja Warrior Igorem Fojcikiem,

15:00 – występ Artystyczny Kalistenika + Pole Dance: Emilia Pluta, Vitalii Liaskalo,

16:00 – występ Pole Dance: Sandra Berger i Emilia Pluta,

17:00 – konkurs sprawności i równowagi: Piotr Król,

17:30 – występ artystyczny Kalistenika + Pole Dance: Emilia Pluta, Vitalii Liaskalo,

18:30 – konkurs Bring Sally Up, pompki/przysiady z Vitalii Liaskalo.

CENTRUM REKREACJI I REHABILITACJI BUSHIDO.

Atrakcje dla najmłodszych, strefa fitness oraz zajęcia:

13:00 – stretching,

15:00 – joga,

17:00 – trening funkcjonalny.

WILD MOUNTAINBOARD.

Warsztaty oraz prezentacja sprzętu do dyscyplin: MOUNTAINBOARD, SNOWKITE, KITESURFING, SURFSKATE:

15:00 – warsztaty moutainboard - „snowboard latem” - budowa i rodzaje desek terenowych oraz z napędem elektrycznym, pozycja i technika jazdy, miejsca do uprawiania w Polsce,

16:00 – Kite w południowej Polsce - pogadanka o kitesurfingu na lokalnych jeziorach i landkite - budowa i rodzaje latawców pociągowych, miejsca do uprawiania snowktingu w południowej Polsce, omówienie podstawowych komend i znaków komunikacyjnych, systemy bezpieczeństwa, możliwość zadawania pytań przez uczestników.

ALTER SPORT FESTIWAL - SOBOTA

BOISKO NR 1 - w godzinach 12:00 - 20:00

CROSFIT BLACK GROUND - treningi crossfit.

13:00 - WOD (Workout Of the Day)

14:00 - WOD

15:00 - WOMEN WORKOUT

16:00 - WOD

18:00 - WOD

OKOLICE BOISKA NR 2 - w godzinach 12:00 - 20:00

RC ART - zdalnie sterowane autka.

Pokazy oraz możliwość testowania na dwóch torach ulicznych oraz jednym terenowym.

KRAV MAGA SAGOT - sztuki walki, samoobrona.

Pokazy i warsztaty, możliwość zapoznania się ze sprzętem treningowym.

CARROM - indyjski bilard.

Nauka gry, pokazy, warsztaty.

KAPSEL CROSS z SULĘCIŃSKIEGO OŚRODKA KULTURY.

Gra na specjalnie wybudowany na festiwal torze do gry w kapsle.

AKADEMIA GORILA - sztuki walki.

Pokazy i warsztaty z jiu jitsu brazylijskiego:

12:00 - zajęcia ogólnorozwojowe dla dzieci,

13:00 - tor przeszkód dla dzieci,

14:00 - otwarty trening brazylijskiego Jiu-jitsu dla dzieci,

15:30 - otwarty trening brazylijskiego Jiu-jitsu dla młodzieży i dorosłych,

17:00 - gry i zabawy ruchowe dla dzieci.

BOISKO NR 3 - w godzinach 12:00 - 20:00

DIRT JUMPING - skoki rowerowe.

14:30 - pokazy ekstremalnej akrobatyki rowerowej,

15:30 - pokazy ekstremalnej akrobatyki rowerowej,

16:30 - pokazy ekstremalnej akrobatyki rowerowej,

18:30 - pokazy ekstremalnej akrobatyki rowerowej,

19:30 - pokazy ekstremalnej akrobatyki rowerowej.

OLD BIKE SHOW - mini spektakle uliczne.

14:10 - Wyścigi Bicykli,

15:10 - Siedmiomilowe buty,

16:00 - Five o'clock,

18:10 - Historia rowerów,

19:10 - Bicykl freestyle.

SKIMBOARDING.

“Miejski surfing”, który polega na ślizganiu się na drewnianej desce po płytkiej tafli wody.

Pokazy zawodników, szkółka oraz minizawody na torze o długości 30 m.

ALTER SPORT FESTIWAL - SOBOTA

BOISKO NR 3 - w godzinach 12:00 - 20:00

MKS LOK RYBNIK.

Stanowisko do strzelania z różnego rodzaju broni.

PLAY LOUD.

Minitenis ziemny oraz konkursy sprawnościowe dla najmłodszych.

BADMINTON.

Animacje okołoraketowe oraz nauka gry z wykorzystaniem lotki do gry w plenerze.

GRY ZESPOŁOWE.

Pokazy, konkursy, możliwość spróbowania własnych sił w nietypowych konkurencjach: FRISBEE ULTIMATE, FUTBOL AMERYKAŃSKI, FUTBOL FLAGOWY, TCHOUKBALL, KABADDI.

RYBNICKI KLUB OFFROADOWY.

Pokazy oraz jazdy samochodami terenowymi.

PIERWSZA POMOC.

Nauka pierwszej pomocy, ćwiczenia wraz z ratownikiem medycznym.

BASEN SPORTOWY ORS RUDA (4) - w godzinach 16:00 - 20:00

SUPFIT POLSKA.

Stand Up Paddleboard, czyli deski na których pływa się z wiosłem. SUPFIT łączy SUP`y z JOGĄ. Zajęcia - warsztaty dla każdego (ograniczona ilość miejsc). Aby skorzystać z warsztatów należy zakupić bilet wstępu na Ośrodek Rekreacyjno-Sportowy RUDA:

16:00 - supjoga,

17:00 - supjoga,

18:00 - supjoga,

19:00 - supjoga.

PARKING PRZED ORS RUDA (5) - w godzinach 12:00 - 20:00

TRIKE & BIKE.

Tor do jazdy na różnego rodzaju trójkołowcach.

ROLKI.

Warsztaty z podstaw jazdy dla dzieci i dorosłych, pokazy freestyle slalomu na rolkach w wykonaniu 6-krotnego mistrza Polski w kategoriach classic man, Battle man, doradztwo sprzętowe.

GRY PODWÓRKOWE.

Zajęcia poprowadzą Pedagogzy Ulicy z Rybnika.

MKMŻ RYBKI RYBNIK.

Prezentacja sekcji miniżuźła.

KOMENDA MIEJSKA POLICJI w RYBNIKU, OCHOTNICZA STRAŻ POŻARNA oraz RYBNICKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA.

Działania profilaktycznie, pokazy i szkolenia z zakresu pierwszej pomocy, konkursy i quizy.

ALTER SPORT FESTIWAL - SOBOTA

PARK SPORTOWY WIŚNIOWIEC (6) - w godzinach 9:00 - 18:00

„NIE POMPUJESZ – NIE JEDZIESZ”.

Zawody pumtrackowe:

- od godziny 9:00 - treningi,
- godzina 11:00 - start zawodów.

„NIE POMPUJESZ – NIE JEDZIESZ” – zawody pumtrackowe:

- od godziny 9:00 - treningi,
- godzina 11:00 - start zawodów.

KOMENDA MIEJSKA POLICJI w RYBNIKU, OCHOTNICZA STRAŻ POŻARNA oraz RYBNICKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA.

Działania profilaktycznie, pokazy i szkolenia z zakresu pierwszej pomocy, konkursy i quizy. (Do godziny 16:00 na terenie ORS RUDA, od 16:00 w Parku Sportowym Wiśniowiec).

WILD MOUNTAINBOARD.

W zależności od warunków i zainteresowania - część zajęć może zostać przeprowadzona w Parku Sportowym Wiśniowiec. Stanowisko główne na terenie ORS RUDA.

ALTER SPORT FESTIWAL - NIEDZIELA

BOISKO NR 3 - w godzinach 12:00 - 19:00

MISTRZOSTWA POLSKI w FUTBOLU FLAGOWYM.

Finałowy turniej najszybciej rozwijającej się dyscypliny sportowej na świecie.

Turniej w Rybniku będzie okazją do poznania pierwszego oficjalnego mistrza Polski.

BOISKO NR 2 - w godzinach 12:00 - 19:00

GRY ZESPOŁOWE.

Pokazy, konkursy, możliwość spróbowania własnych sił w nietypowych konkurencjach:

FRISBEE ULTIMATE, FUTBOL AMERYKAŃSKI, FUTBOL FLAGOWY, TCHOUKBALL, KABADDI.

ALTER SPORT FESTIWAL - MAPKA

1 - BOISKO NR 1

2 - OKOLICE BOISKA NR 2

3 - BOISKO NR 3

4 - BASEN SPORTOWY ORS RUDA

5 - PARKING przed ORS RUDA

6 - PARK SPORTOWY WIŚNIEWIEC



27-28.08.2022



M•SiR
RYBNIK



**ALTER
SPORT
FESTIWAL**