



Konkurencje w kategorii indywidualnej

1. „Rzuty do kosza”

Konkurencja rozgrywana jest w kategorii kobiet i mężczyzn. Każdy zawodnik wykonuje trzy rzuty z odległości 3 metrów od kosza.

2. „Rzut piłką lekarską na odległość”

Konkurencja rozgrywana jest w kategorii kobiet i mężczyzn. Każdy startujący wykonuje po jednym rzucie. Zawodnik w momencie rzutu jest ustawiony twarzą do jego kierunku

3. „Rzut beretem”

Konkurencja rozgrywana jest w kategorii kobiet i mężczyzn. Każdy startujący wykonuje po jednym rzucie.

4. „Rzut do tarczy”

Konkurencja rozgrywana bez podziału na kategorie. Każdy zawodnik wykonuje trzy rzuty do tarczy z odległości 2 metrów. O zwycięstwie decyduje większa liczba uzyskanych punktów (punkty są sumowane)

5. „Kręgle”

Konkurencja rozgrywana bez podziału na kategorie. Każdy zawodnik wykonuje trzy próby z odległości 7 metrów. O zwycięstwie decyduje większa liczba strąconych kręgli w trzech podejściach.

6. „Strzały do bramki”

Konkurencja rozgrywana jest w kategorii kobiet i mężczyzn. Mężczyźni wykonują strzał z odległości 12 metrów, natomiast kobiety z 7 metrów. Każdy startujący ma trzy próby. Strzał uznaje się za zaliczony w momencie kiedy piłka przekroczy linię bramkową górną (nie dotykając wcześniej parkietu).