

stavljen na dva koncentrična željezna obru-
ča (promjera 12,7 cm i 3,36 cm) koji su
međusobno spojeni trima prečicama, tako
da je razmak među obručima podijeljen na
jedan veći i dva manja pregradka. Utrka se
odvija pojedinačno i počinje na 180 m od
alke, a završava na 100 m iza nje i ponavlja
se tri puta. Alkar koji kopljem (dugim naj-
manje 2,75 m) pogodi sredinu alke, dobiva
3 boda; pogodak u gornji pregradak vrijedi
2 boda, a pogodak u jedan od donjih pregra-
da 1 bod. Pobjednik je onaj s najvećim
brojem bodova. Ako dvojica ili više natjeca-
telja postignu isti broj bodova, natjecanje
nastavljaју oni sami, sve dotle dok jedan
ne postane pobjednikom. Taj dio natjecanja
zove se pripetavanje. U svakom pokušaju,
poslije uspješnog pogađanja alke, bodovi se
priznaju pod uvjetom da je alkar postigao u
trku određenu brzinu; osim toga alka mora
ostati na koplju i ne smije spasti ništa od
opreme s konjanika ili s konja. Svečanoj
izvedbi Sinjske alke prethodi dva dana prije
natjecanja prva generalna proba, tzv. bara,
a uoči samog natjecanja druga generalna
proba tzv. čoja, na kojoj pobjednik dobiva
određenu nagradu. Prije početka S. a. na-
tjecatelji dolaze na trkalište u svečanoj
paradnoj povorci; na čelu je starac — hara-
mbaša s puškom u pratnji dvaju alkarskih
momaka a za njima u dvoredu ostali moma-
ci; slijedi pet trubača u jednom i pet bubnjara

— talambasača u drugom redu, zatim bar-
jaktar sa dva adutanta na konjima, nosioci
trofeja zarobljenih od Turaka, momak —
štitonoša, dva buzdovanara, konj edek (re-
zervni konj) sa dva vodiča; na razmaku od
njih jašu vojvodin adutant s isukanom sa-
bljom i alkarski vojvoda, te alkari natjecatelji
na konjima u dvoredu. Na začelju povorke
jašu alaj-čauš, vođa alkara i nadzornik na-
tjecanja. Takva povorka formira se i poslije
svake održane utrke i prolazi preko borilišta.
Na kraju natjecanja alkarski vojvoda progla-
šava slavodobitnika kiteći mu koplje trobojni-
com, a izaslanik Predsjedništva Republike
predaje slavodobitniku prijelazni srebrni štit
i srebrnu plaketu u trajno vlasništvo. Stat-
ut društva iz 1833. obnovljen je 1965.

sinjski alkar, natjecatelj, konjanik u Sinjskoj
alci; odjeven je u jahaće hlače od tamno-
modre čoje izveze srmom, bijelu košulju,
svilenu ječermu sa srebrnim i zlatnim
dugmetima, dugu modru gaćanima izvezenu
dolamu, krzneni kalpak s bijelom perjanicom
i crne čizme. O boku nosi ukrašenu sablju,
a u ruci koplje. Konj je opremljen uzdom
ukrašen srebrom i svilenim kitama, ogla-
vičem i napršnjakom, turskim sedlom preko
kojeg je prebačen pokrivač od crvene čoje s
posrebrnim stremenima. Rukovodioci su:
alkarski vojvoda, alaj-čauš, vojvodin adutant
i starac-harambaša. Svaki s. a. ima svoga
momka.



SINJSKA ALKA: 1
natjecanje; 2. srebr-
ni štit, nagrada Mar-
šala Tita; 3. alka; 4.
mimohod



SIOŠŠ (Sportske igre osnovnih i srednjih
škola u SR Hrvatskoj), sp. natjecanja učenika
i učenica osnovnih škola i škola usmjerenog
obrazovanja u toku šk. god. na principu šk.,
općinskih, regionalnih i republičkih prvensta-
va; prve igre po tom sistemu organizirane
su šk. god. 1966/67. U programu natjecanja
su slijedeće sp. grane: atletika, sp. i ritmička
sp. gimnastika, košarka, nogomet, odbojka,
rukomet, stolni tenis i streljaštvo. Mjesta u
kojima se održavaju regionalna i repub-
lička prvenstva za određenu sp. granu u-
tvrdju se na osnovi natječaja.

sipak > *sepak takraw*

sipar (sipina), alpinizam: nakupina raz-
lomljenog kamenja na podnožju stijene; s.
je obično pod žlijebom, točilom ili kuloarom.
Skrivena, labilnost i pokretljivost s. otežava
uspon.

Siporex, Biciklistički klub, osn. 1945 u Puli,
pod nazivom BK Pula; od 1965 djeluje pod
novim nazivom (BK Siporex). Njegovi članovi
osvojili su ekipno PJ u cestovnoj vožnji
1961 (kao BK Pula), 1969 i 1973, te ekipno
PJ u dohvatnoj vožnji na trkalištu 1970 i
1973. Klub je dobitnik Trofeja Saveza za
fizičku kulturu Hrvatske (1981).

Sipos, Annus (1908), mađ. reprezentativka u
stolnom tenisu; pojedinačna prvakinja svijeta
1932 i 1933; na PS osvojila 21 medalju
(11 zlatnih, 6 srebrnih i 4 brončane).

Sirotanović, Dragoslav (1917), svestrani spor-
taš (nogomet, košarka, atletika, sp. gimnasti-
ka i odbojka), međ. sudac i viši sp. trener
za odbojku. Predsjednik Međunarodne ko-
misije Odbojkaškog saveza Jugoslavije, član
Arbitražne komisije FIVB. Trener OK Jugo-
slavije (Beograd) s kojim osvaja PJ 1958-61;
savezni kapetan i trener muške represen-
tacije Jugoslavije (1949-71, s prekidima) i
trener odbojkaške reprezentacije Tunisa
(1960-61). Dobitnik Majske nagrade SOFK
Srbije (1976). Napisao: *Odbojka, savremena
tehnika i taktika*, Beograd 1960; preveo i
uredio: *Međunarodna pravila odbojke* (više
izd.).

sistem igre, određen osnovni način vođenja
igre jedne ekipe, element taktike; s. i.
određen je formacijom igrača, odn. dijelova
ekipe, njihovim rasporedom na igralištu i ka-
rakterističnim načinom vođenja napada i
obrane (sistemi napada i obrane).

sistem natjecanja, a) način na koji se pro-
vodi određeno natjecanje kako bi se odredio
pobjednik; primjenjuju se bod-sistem i kup-
sistem i različite kombinacije oba si-
stema; b) način održavanja natjecanja u
određenoj sp. grani od osnovne organizacije
do nac. prvenstva; sistemom natjecanja o-
dređuje se u nas za sp. granu broj i vrsta
natjecanja te načini kvalificiranja za 4.
stupnja: općinski, međuopćinski, republički i
savezni.

sistematska kineziologija, grana kinezio-
logije koja proučava opće zakone efikasnosti
motoričkog kretanja i obuhvaća dvije disci-
pline: diferencijalnu i genetičku kinezio-
logiju. Diferencijalna kineziologija utvrđuje
razlike u zakonitostima koje se manifestiraju
kod sportaša i odnose se na spol i socijalnu
ekonomsku pripadnost. Genetička kinezio-
logija proučava zakonitosti razvoja pojedinih
psihofizičkih sposobnosti pod utjecajem kre-
tanja.

situacioni trening, vježbanje koje se od-
vija u istim ili približno istim uvjetima u kojima
se odvija natjecanje; pripremanje sportaša
u najrazličitijim uvjetima kako bi se adaptirao
na nepredviđene situacije koje ga očekuju
na natjecanju. Izbor vježbi u s. t. zavisi o
specifičnosti izabrane sp. grane, kognitivnim