

KOMUNIKAT ORGANIZACYJNY OGÓLNOPOLSKIEGO WIELOBOJU ATLETYCZNEGO

Kleszczów, 11-13.11.2016

1. Organizatorzy

- Polski Związek Podnoszenia Ciężarów
- Ministerstwo Sportu i Turystyki
- LKS Omega Kleszczów
- Solpark Kleszczów
- Gmina Kleszczów
- Fundacja Rozwoju Gminy Kleszczów

2. Cel imprez

- popularyzacja ćwiczeń ogólnorozwojowych, sprawnościowych i technicznych wśród dzieci i młodzieży,
- propagowanie zdrowego trybu życia i kształtowanie postaw prozdrowotnych,
- popularyzacji idei olimpizmu i zasad fair-play w życiu i sporcie,
- wyłonienie najlepszych dziewcząt i chłopców oraz najlepszych drużyn,

3. Organizacja zawodów – założenia ogólne

- w ramach wieloboju atletycznego odbędą się 4 konkurencje: 3 lekkoatletyczne i 1 ukierunkowane na podnoszenie ciężarów – rwanie lub podrzut (**losowane podczas konferencji technicznej**),
- w trakcie zawodów przeprowadzona zostanie kampania edukacyjna związana z walką z dopingiem, przeciwdziałaniem uzależnieniom (narkotyki, alkohol, dopalacze, tytoń).
- w czasie trwania rywalizacji propagowane będą idee olimpijskie i zasady fair-play w sporcie.

4. Termin i miejsce zawodów

Zawody odbędą się na obiekcie sportowo-konferencyjnym „Solpark” - 97-410 Kleszczów ul. Sportowa 8, w terminie 11-13.11.2016 roku.

5. Warunki uczestnictwa w zawodach

- Prawo startu w turnieju ma młodzież szkolna w wieku do 12 lat,
- dziewczęta – w zależności od liczby zgłoszonych - rywalizują w 2 grupach wiekowych: do 10 i 12 lat,
- chłopcy w 3 grupach – rocznikowo: do 10, 11 i 12 lat. Minimalny wiek uczestnika 7 lat.
- **wszyscy zawodnicy powinni obowiązkowo posiadać legitymację szkolną oraz oświadczenie podpisane przez rodziców bądź opiekunów prawnych.**

6. Program zawodów

Turniej składa się z 3 konkurencji ogólnorozwojowych i 1 ćwiczenia ukierunkowanego pod kątem podnoszenia ciężarów.

1) Ćwiczenia ogólnorozwojowe:

- bieg na 4 x 10 m,
- trójskok obunóż z miejsca,
- rzut piłką lekarską,

2) ćwiczenia specjalistyczne

- rwanie techniczne lub podrzut techniczny

Ćwiczenie specjalistyczne dla dziewcząt i chłopców będzie losowane podczas konferencji technicznej.

Program minutowy:

Piątek, 11.11.2016

20:00 – konferencja techniczna (Hotel Solpark Kleszczów)

21:00 – ważenie wszystkich uczestników

Sobota, 12.11.2016

09:30 – 11:00 - blok ćwiczeń ogólnorozwojowych

13:00 – 17:00 – blok ćwiczeń specjalistycznych

19:00 – 20:00 – dekoracje zawodników i klubów

7. Zasady punktacji i oceny wyników

a) Uczestnicy wieloboju podlegają następującej ocenie:

- ćwiczenia ogólnorozwojowe oceniane będą w skali 1-100 pkt. wg specjalnie przygotowanej punktacji dla każdej grupy wiekowej,

- ćwiczenia podnoszenia ciężarów oceniane będą na tzw. technikę

b) Uczestnicy zawodów mają możliwość wykonania 2 prób w przypadku konkurencji ogólnorozwojowych i 3 przy ćwiczeniach specjalistycznych,

c) Do punktacji końcowej indywidualnej wieloboju liczone będą punkty z najlepszych prób w każdym z 3 ćwiczeń ogólnorozwojowych i suma punktów z ćwiczenia specjalistycznego,

d) Klub może zgłosić tylko jedną drużynę finansowaną przez PZPC.

e) Do punktacji drużynowej liczona będzie suma punktów uzyskanych przez max. 5 najlepszych zawodniczek i zawodników klubu,

8. Nagrody

- wszyscy uczestnicy turnieju otrzymają pamiątkowe medale i dyplomy uczestnictwa oraz upominki,

- za zajęcie miejsc I – III w poszczególnych grupach wiekowych dziewczęta i chłopcy otrzymują puchary,

- za zajęcia miejsc I - III w klasyfikacji drużynowej kluby otrzymują puchary,

9. Zgłoszenia – nocleg + wyżywienie

Nocleg: Hotel Solpark Kleszczów ul. Sportowa 8,

Cena osobodnia – 90 zł (nocleg ze śniadaniem – 60 zł, obiad i kolacja – po 15 zł)

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów pokrywa koszty organizacji wieloboju. **Związek zapewnia również nocleg + wyżywienie dla 84 osób (max. 5 zawodników + 1 trenera), decyduje kolejność rezerwacji.** Po wyczerpaniu puli 84 miejsc lub zgłoszeniu się po terminie - koszt osobodnia wg powyższych cen. **Zgłoszenia należy przesyłać mailowo na adres rafal.grazawski@pzpc.pl do dnia 25.10.2016 wyłącznie na załączonym druku.**

10. Postanowienia końcowe

- obsadę sędziowską wyznacza Polski Związek Podnoszenia Ciężarów,

- Organizator nie ponosi odpowiedzialności z tytułu ubezpieczenia zawodników, kradzieży czy zagubienia sprzętu przez zawodników.

- Za ewentualne szkody dokonane przez uczestników zawodów, płatność na miejscu przez kierownika, trenera.

- Organizator zastrzega sobie prawo interpretacji w przypadkach nie określonych w niniejszym regulaminie.

- **prosimy uczestników o zabranie strojów kąpielowych.**