REGULAMIN
V MIĘDZYOSIEDLOWYCH IGRZYSK REKREACYJNO - SPORTOWYCH DLA MIESZKAŃCÓW MIASTA ZAMOŚĆ

Zamość 01.07.2012

multiMedia
najwięcej, najtaniej!
ul. Wyszyńskiego
1
3

10. SKOK W DAL Z MIEJSCA KOBIET
Startują zawodniczki urodzone w 1995 roku i starsze.
Każde osiedle ma prawo wystawić 2 zawodniczki. O kolejności miejsc decyduje najdłuższy skok.

11. SKOK W DAL Z MIEJSCA MĘŻCZYZN
Startują zawodnicy urodzeni w 1995 roku i starsi.
Każde osiedle ma prawo wystawić 2 zawodników. O kolejności miejsc decyduje najdłuższy skok.

VII. ZGŁOSZENIA:

Zgłoszenie - potwierdzenie startu osiedla w V Igrzyskach **do dnia 28 czerwca br.**
telefonicznie: tel. 663 741 458 - Krzysztof Pszenniak
Zgłoszenia imienne do konkurencji indywidualnych 30 minut przed rozpoczęciem.

VIII. NAGRODY:

- Za zajęcie I miejsca w konkurencjach drużynowych okolicznościowe puchary,
- Za zajęcie I do III miejsca w konkurencjach drużynowych i indywidualnych okolicznościowe medale,
- Za zajęcie miejsc od I do VI w punktacji końcowej Zarządów Osiedli puchary,
- Za zajęcie miejsca od I do XVI pamiątkowe dyplomy,
- Przewidziane są nagrody rzeczowe pozyskane od sponsorów.

IX. PUNKTACJA:

Konkurencje indywidualne: I m - 10 pkt, II m - 8 pkt, III m - 6 pkt, IV m - 5 pkt, V m - 4 pkt, VI m - 3 pkt, VII - 2 pkt, VIII m - 1 pkt.
Konkurencje drużynowe: I m - 30 pkt, II m - 25 pkt, III m - 20 pkt, IV m - 15 pkt, V m - 10 pkt, VI m - 8 pkt, VII - 7 pkt, VIII m - 6 pkt, od IX m po 5 pkt.
Suma punktów wyłoni miejsce Osiedla.

X. KOSZTY FINANSOWE:

Koszty organizacyjne pokrywają organizatorzy i sponsorzy. Koszty osobowe startujących zawodników - zgłaszające Zarządy Osiedli.

XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Wszystkich zawodników obowiązuje strój sportowy.
- Prawo interpretacji regulaminu przysługuje PiM Z LZS Zamość oraz sędziemu głównemu.
- Wszystkie dzieci uczestniczące w zawodach startują pod opieką rodziców lub osób dorosłych.
- Organizator nie odpowiada za zaginione rzeczy lub przedmioty.
- V Międzyosiedlowe Igrzyska Rekreacyjno - Sportowe są ubezpieczone.
- Igrzyska odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.

REGULAMIN
V MIĘDZYOSIEDLOWYCH IGRZYSK REKREACYJNO - SPORTOWYCH DLA MIESZKAŃCÓW MIASTA ZAMOŚĆ

I. CEL:

- Popularyzacja sportu i rekreacji wśród mieszkańców miasta Zamość
- Promocja systemu imprez masowych dostępnych dla wszystkich mieszkańców miasta Zamość
- Wyłowienie najbardziej usportowionego Osiedla miasta Zamość
- Aktywizacja Zarządów Osiedli do systematycznych działań na rzecz rozwoju sportu i rekreacji

II. ORGANIZATOR:

Głównym organizatorem jest Powiatowe i Miejskie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe w Zamościu przy współudziale:
- Rady Miasta Zamość
- Urzędu Miasta Zamość
- Zarządu Osiedla Promyk w Zamościu
- Sponsorów

III. TERMIN I MIEJSCE

„V MIĘDZYOSIEDLOWE IGRZYSKA REKREACYJNO - SPORTOWE DLA MIESZKAŃCÓW MIASTA ZAMOŚĆ” odbędą się w dniu 1 lipca br. (niedziela) na placu zabaw między ulicami Grunwaldzką i Asnyka na Osiedlu Promyk.

Uroczyste otwarcie godz. 13^{00}, rozpoczęcie konkurencji godz. 13^{30}.

IV. ZASADY UCZESTNICTWA:

- W Igrzyskach prawo startu mają wszyscy mieszkańcy miasta Zamość, którzy są zameldowani i zamieszkują na swoim Osiedlu miasta Zamość;
- Wszyscy zawodnicy muszą posiadać ważne badania lekarskie i dokumenty stwierdzające miejsce zamieszkania **(dowód osobisty, legitymacja szkolna)**.

V. KONKURENCJE DRUŻYNOWE

1. PIŁKA NOŻNA - MĘŻCZYZN drużyny 5 osobowe. Startują zawodnicy ur. 1995 roku i starsi.
W Igrzyskach uczestniczy jedna drużyna z danego Osiedla miasta Zamość licząca 5 zawodników w tym bramkarz plus 2 zawodników rezerwowych.
Turniej zostanie rozegrany na boisku o wymiarach 22 m x 40 m. Bramki 2 m x 5 m. System rozgrywek i czas gry zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości drużyn. Obowiązuje obuwie: lanki, korkotrampki, trampki, tenisówki.
Losowanie gier o godz. 13^{30}.

2. KOSZYKÓWKA KOBIET, drużyn 3-osobowych. Startują zawodniczki ur. w 1995 roku i starsze.
W Igrzyskach uczestniczy jedna drużyna z danego osiedla miasta Zamość licząca 5 zawodniczek gra 3. Turniej zostanie rozegrany na boisku asfaltowym na 1/2 części, gra na jeden kosz. System rozgrywek i czas gry zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości drużyn.
Losowanie gier o godz. 13[30] na boisku do koszykówki na osiedlu Św. Piątka.

3. KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN, drużyn 3-osobowych. Startują zawodnicy ur. w 1995 roku i starsi.
W Igrzyskach uczestniczy jedna drużyna z danego osiedla miasta Zamość licząca 5 zawodników gra 3. Turniej zostanie rozegrany na boisku asfaltowym na 1/2 części, gra na jeden kosz. System rozgrywek i czas gry zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości drużyn.
Losowanie gier o godz. 13[30] na boisku do koszykówki na osiedlu Św. Piątka.

4. PIŁKA SIATKOWA KOBIET, drużyn 3 osobowych. Startują zawodniczki ur. w 1997 roku i starsze.
W Igrzyskach uczestniczy jedna drużyna z danego osiedla miasta Zamość licząca 5 zawodniczek gra 3. Turniej zostanie rozegrany na boisku o wymiarach 7 m x 7 m. System rozgrywek zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości drużyn.
Losowanie gier o godz. 13[30] na boisku do piłki siatkowej.

5. PIŁKA SIATKOWA MĘŻCZYZN, drużyn 3 osobowych. Startują zawodnicy ur. w 1995 roku i starsi.
W Igrzyskach uczestniczy jedna drużyna z danego osiedla miasta Zamość licząca 5 zawodników gra 3. Turniej zostanie rozegrany na boisku o wymiarach 7 m x 7 m. System rozgrywek zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości drużyn.
Losowanie gier o godz. 13[30] na boisku do piłki siatkowej.

6. PRZECIĄGANIE LINY MĘŻCZYZN, drużyny 5 osobowe. Startują zawodnicy ur. 1995 roku i starsi.
W Igrzyskach uczestniczy jedna drużyna z danego osiedla miasta Zamość w obuwiu sportowym bez kolców i korków w podeszwie. Sposób i system rozgrywek zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości drużyn.

7. PIŁKA SIATKOWA PLAŻOWA MĘŻCZYZN, drużyny 4 osobowe. Startują zawodnicy ur. w 1997 roku i starsi.
W Igrzyskach uczestniczy jedna drużyna z danego osiedla miasta Zamość licząca 4 zawodników gra 2. System rozgrywek zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości drużyn.
Losowanie gier o godz. 13[30] na boisku do piłki siatkowej plażowej

VI. KONKURENCJE INDYWIDUALNE:

1. RZUT LOTKĄ DO TARCZY - DZIEWCZĘTA - Szkoły Podstawowe.
Startują zawodniczki ur. w 1999 roku i młodsze.
Każde osiedle miasta Zamość ma prawo wystawić 3 zawodniczki. Zawodniczki wykonują rzuty do tarczy punktowej - 3 rzuty próbne - 5 ocenianych z odległości 2,5 m. Łączna ilość pkt. w konkursie decyduje o kolejności zajętych miejsc. W przypadku równej ilości pkt. decydują rzuty 10,9,8.

2. RZUT LOTKĄ DO TARCZY - CHŁOPCY- Szkoły Podstawowe.
Startują zawodnicy ur. w 1999 roku i młodsi. Każde osiedle miasta Zamość ma prawo wystawić 3 zawodników.
Zasady rozgrywania konkurencji jw.

3. RZUT LOTKĄ DO TARCZY - DZIEWCZĘTA - Gimnazja.
Startują zawodniczki ur. w 1996 - 1998 roku. Każde osiedle miasta Zamość ma prawo wystawić 3 zawodniczki. Zasady rozgrywania konkurencji jw.

4. RZUT LOTKĄ DO TARCZY - CHŁOPCY - Gimnazja.
Startują zawodnicy ur. w 1996 - 1998 roku. Każde osiedle miasta Zamość ma prawo wystawić 3 zawodników.
Zasady rozgrywania konkurencji jw..

5. RZUT LOTKĄ DO TARCZY - KOBIET.
Startują zawodniczki ur. w 1995 roku i starsze. Każde osiedle miasta Zamość ma prawo wystawić 3 zawodniczki. Zasady rozgrywania konkurencji jw.

6. RZUT LOTKĄ DO TARCZY - MĘŻCZYZN.
Startują zawodnicy ur. w 1995 i starsi. Każde osiedle miasta Zamość ma prawo wystawić 3 zawodników. Zasady rozgrywania konkurencji jw..

7. WYCISKANIE ODWAŻNIKA (16 kg). Startują zawodnicy ur. w 1993 roku i starsi.
Każde osiedle ma Prawo wystawić dowolną ilość zawodników do konkursu. Zawodnicy wyciskają lewą lub prawą ręką odważnik na wyprostowane ramię bez uginania nóg w kolanach i odrywania stóp od podłoża. O kolejności miejsc decyduje ilość prawidłowo wykonanych prób.

8. ZAWODY ZRĘCZNOŚCIOWE dla Przewodniczących Osiedli lub ich Zastępców.
a) RZUT DO KOSZA
z odległości rzutów wolnych: 3 rzuty próbne, 5 ocenianych w konkursie (10 pkt za każdy celny rzut)
b) RZUT LOTKĄ DO TARCZY
z odległości 2,5 m, 3 rzuty próbne, 5 ocenianych w konkursie
c) STRZAŁY PIŁKĄ NOŻNĄ NA BRAMKĘ (1 m x 1 m) z odległości 11 m,
3 strzały próbne, 5 ocenianych w konkursie (1 pkt za strzał celny)
O kolejności zajętych miejsc decyduje największa ilość zdobytych punktów w 3 konkurencjach.

9. Biegi Przełajowe
a) Szkoły podstawowe dziewczęta rocznik 1999 i młodsze - dystans 600 m. Startuje dowolna ilość zawodniczek.
b) Szkoły podstawowe chłopcy rocznik 1999 i młodsi - dystans 600 m. Startuje dowolna ilość zawodników.
c) Gimnazja dziewczęta rocznik 1996 - 1998 - dystans 600 m. Startuje dowolna ilość zawodniczek.
d) Gimnazja chłopcy rocznik 1996 - 1998 - dystans 600 m. Startuje dowolna ilość zawodników.
UWAGA! Każdy zawodnik musi posiadać kartę startową.