

Aktywność sportowa i turystyczna bez granic CZ.11.4.120/0.0/0.0/16_009/0001917

Regulamin Międzynarodowych zawodów sportowo – rekreacyjnych dla seniorów 60+ Kotórz Mały 27.08.2019 r.

1. Organizatorzy

- Wojewódzkie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe w Opolu
- Kluby seniorów gminy Turawa

2. Termin i miejsce

- Termin: zawody odbędą się w dniu 27.08.2019 r. (wtorek) – rozpoczęcie godz. 11:00.
- Miejsce: stadion sportowy w Kotorzu Małym.

3. Warunki uczestnictwa

- W zawodach może wziąć udział dowolna liczba drużyn w 5 osobowych składach, które zostaną zgłoszone na załączonym formularzu w terminie do dnia **15.08.2019 r.**
- Składy zespołów mogą być mieszane (kobiety i mężczyźni)
- Każdy zgłoszony zawodnik bierze udział w zawodach na własną odpowiedzialność podpisując deklarację zgody na udział w imprezie.
- Zawodnicy biorący udział w zawodach zobowiązani są do posiadania stroju sportowego.

4. Konkurencje i zasady ich przeprowadzenia

- 1) **Rzut ringo na paliki** (trzy rzuty - za każde trafienie 1 pkt). Liczy się łączny wynik drużyny – suma trafień wszystkich zawodników.
- 2) **Strzały na celność z użyciem kija hokejowego i piłki do tenisa ziemnego**
Każdy zawodnik oddaje 2 strzały do deski z przyklepcem – pola trafień za 2 i 1 pkt. Liczy się suma punktów zdobytych przez zawodników z drużyny.
- 3) **Slalom z piłką (piłka ręczna) z użyciem kija hokejowego.**
Zawody mają charakter sztafety na czas – każdy zawodnik wykonuje slalom między pachołkami tocząc piłkę przy pomocy kija hokejowego. Liczy się łączny czas drużyny.
- 4) **Rzut lotka do tarczy.**
Każdy zawodnik z drużyny wykonuje trzy rzuty lotką do tarczy. Liczy się suma zdobytych punktów przez całą drużynę.
- 5) **Strzał na bramkę**
Każdy zawodnik z drużyny wykonuje trzy strzały na pustą bramkę piłką nożną. Liczy się suma zdobytych bramek przez całą drużynę.
- 6) **Bieg z paletką do badmintonu z piłeczką** (piłka tenisowa)
Zawody mają charakter sztafety na czas – każdy zawodnik biegnie z paletką do badmintonu niosąc na niej piłkę tenisową. Liczy się łączny czas drużyny.
- 7) **Rzut piłka lekarską (3 kg).**
Każdy zawodnik z drużyny wykonuje jeden rzut piłka lekarska (technika rzutu dowolna). Liczy się łączna odległość uzyskana przez drużynę.
- 8) **Kręgle**
Każdy zawodnik wykonuje trzy rzuty krążkiem do kręgli (7 sztuk) – liczy się suma straconych kręgli przez całą drużynę. Po każdej próbie kolejnego zawodnika kręgle będą ustawiane do pozycji wyjściowej – każdy zawodnik może stracić maksymalnie 7 kręgli.
- 9) **Rzut woreczkiem do celu**
Każdy zawodnik wykonuje trzy rzuty woreczkiem do celu – koło hula hop – liczy się suma trafionych rzutów przez całą drużynę.
- 10) **Rzut do celu**
Każdy zawodnik wykonuje trzy rzuty do celu piłeczką do tenisa ziemnego – liczy się suma trafionych rzutów przez całą drużynę.

5. Zasady punktacji

- Każda konkurencja będzie punktowana odrębnie za zajęte miejsce drużyny:
1 m – 10 pkt., 2 m – 9 pkt., 3 m – 8 pkt., 4 m – 7 pkt., 5 m – 6 pkt., 6 m – 5 pkt.,
7 m – 4 pkt. 8 m – 3 pkt., 9 m – 2 pkt., 10 m – 1 pkt.,
- O kolejności końcowej drużyn zdecyduje suma zdobytych punktów we wszystkich konkurencjach.

6. Nagrody

- Pamiątkowe puchary dla wszystkich drużyn – za zdobyte miejsce.
- Pamiątkowe medale dla wszystkich uczestników zawodów.

7. Postanowienia końcowe

- Organizatorzy zabezpieczają obsadę sędziowską zawodów.
- Ekipom uczestniczącym w Igrzyskach będą towarzyszyć wolontariusze.
- Organizator zabezpiecza sprzęt do rozegrania poszczególnych konkurencji.
- Organizator zabezpiecza opiekę medyczną.
- Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany regulaminu. W przypadku istotnych zmian zobowiązują się do powiadomienia zainteresowanych zawodników o wprowadzonych zmianach.
- Za zaistniałe wypadki niezawinione przez organizatora, organizator nie ponosi odpowiedzialności

OŚWIADCZENIE UCZESTNIKA

Międzynarodowych zawodów sportowo – rekreacyjnych dla seniorów 60+

Kotórz Mały 27.08.2019 r.

Imię i nazwisko

Rok urodzenia

Miejscowość

Oświadczam, że mój obecny stan zdrowia pozwala mi na wzięcie udziału w Międzynarodowych zawodach sportowo – rekreacyjnych dla seniorów 60+ organizowanych przez Wojewódzkie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe w Opolu, które odbędą się w dniu 27 sierpnia 2019 r. w Kotorzu Małym oraz, że startuję w nich dobrowolnie i na własną odpowiedzialność.

Jednocześnie oświadczam, że zapoznałam/zapoznałem się z treścią regulaminu **Międzynarodowych zawodów sportowo – rekreacyjnych dla seniorów 60+** i w pełni akceptuję zapisy w nim zawarte.

.....

Kotórz Mały, 27.08.2019 r., czytelny podpis