

KOMUNIKAT ORGANIZACYJNY OGÓLNOPOLSKIEGO WIELOBOJU ATLETYCZNEGO

Nowy Tomyśl, 03-04.06.2016

1. Organizatorzy

- Polski Związek Podnoszenia Ciężarów
- Ministerstwo Sportu i Turystyki
- LKS Budowlani-Calus Nowy Tomyśl

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 w Nowym Tomyślu, na obiektach Młodzieżowego Centrum Podnoszenia Ciężarów – os. Północ 37 w terminie 03-04.06.2016 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, 03.06.2016

- ❖ Przyjazd ekip do godziny 19:30 – możliwość skorzystania z kolacji po wcześniejszym zgłoszeniu
- ❖ 20:00 – konferencja techniczna (Hotel Hi-Fi Paproć 84, Nowy Tomyśl)
- ❖ 21:00 – ważenie wszystkich uczestników

Sobota, 04.06.2016

09:30 – 11:00 - blok ćwiczeń ogólnorozwojowych

12:00 – 16:00 – blok ćwiczeń specjalistycznych

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) Drużyna składa się max. z 6 zawodników + trenera. Klub może zgłosić tylko jedną drużynę finansowaną przez PZPC.

e) Do punktacji drużynowej liczona będzie suma punktów uzyskanych przez max. 6 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 - VI w klasyfikacji drużynowej kluby otrzymują puchary,

9. Zgłoszenia – nocleg + wyżywienie

Nocleg: Hotel Hi-Fi Paproć 84, 64-300 Nowy Tomyśl.

Cena noclegu ze śniadaniem – 85 zł

Cena obiadu – 20 zł

Cena kolacji – 25 zł

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów pokrywa koszty organizacji wieloboju. **Związek zapewnia również bezpłatny nocleg + śniadanie dla 84 osób (zawodników + 1 trenera), decyduje kolejność rezerwacji. Koszty kolacji i obiadu kluby pokrywają we własnym zakresie.** Po wyczerpaniu puli 84 miejsc lub zgłoszeniu się po terminie - koszt osobodnia wg powyższych cen. **Zgłoszenia należy przysyłać mailowo na adres rafal.grazawski@pzpc.pl do dnia 22.05.2016 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.