

Regulamin

Powiatowych Igrzysk Sportowo - Rekreacyjnych – Rudno - 2017

I Cel

Popularyzacja sportu i rekreacji w środowisku wiejskim.

1. Propagowanie zdrowego stylu życia.
2. Promocja imprez masowych – integracja mieszkańców powiatu.
3. Wyłonienie najbardziej usportowionej gminy w powiecie.
4. Wytypowanie reprezentacji powiatu na Wojewódzkie Igrzyska Sportowo Rekreacyjne LZS w Krasnobrodzie.

II Organizator

Powiatowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe w Lubartowie przy współudziale :

- Gminnego Ludowego Klubu Sportowego Michów,
- Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Michowie,
- Zespołu Szkół w Rudnie.

III Termin i miejsce zawodów

Powiatowe Igrzyska Rekreacyjno – Sportowe LZS odbędą się w **dniu 16 lipca 2017 r. o godz. 14, 00 na boisku Orlik Zespołu Szkół w Rudnie.**

IV Zasady uczestnictwa

W Igrzyskach prawo startu mają : członkowie LZS, LKLS UKS, OSP oraz innych organizacji współpracujących z wymienionymi na terenie ich działania.

Osoby niepełnoletnie winny posiadać pisemne zezwolenie od rodziców lub prawnych opiekunów na udział w zawodach .

Zgłoszenia do startu w konkurencjach rekreacyjno – sportowych dokonuje kierownik ekipy lub sam zawodnik. wg wzoru

| Lp. | Imię i nazwisko | Rocznik | konkurencja | Gmina |
|-----|-----------------|---------|-------------|-------|
| | | | | |

V Program

16 lipca 2017 – niedziela

KONKURENCJE SPORTOWE :

- Piłka siatkowa kobiet drużyn 3 osobowych.

W igrzyskach startują zawodniczki ur. w roku 1999 i starsze. Turniej zostanie rozegrany na boisku Orlik . System rozgrywek zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn. Zwycięska drużyna uzyska prawo reprezentowania powiatu na Wojewódzkich Igrzyskach LZS w Krasnobrodzie.

Piłka siatkowa mężczyzn - drużyny trzyosobowe.

W igrzyskach startują zawodnicy ur. w roku 1999 i starsi. Turniej zostanie rozegrany na boisku Orlik . System rozgrywek zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn. Zwycięska drużyna uzyska prawo reprezentowania powiatu na Wojewódzkich Igrzyskach LZS w Krasnobrodzie

Przeciąganie Liny Kobiet

W igrzyskach uczestniczy jedna drużyna z gminy w 5-cio osobowym składzie. Startują zawodniczki ur. w roku 1999 i starsze. Konkurencja rozegrana będzie systemem pucharowym. Obowiązuje obuwie sportowe o płaskich podeszwach.

Przeciąganie Liny Mężczyzn

W igrzyskach uczestniczy jedna drużyna z gminy w 5-cio osobowym składzie Startują zawodnicy ur. w roku 1999 i starsi.

Trójbój Kobiet

Startuje reprezentacja w 3 osobowym składzie ur. 1999 i starsze :

Opis konkurencji:

Rzut podkową

Rzut podkową do celu na ziemi , w odległości 5 m od linii rzutów wyznaczona tarcza o wymiarach 2,5 m x 2,5 m z punktacją od 1 do 10 pkt. 3 rzuty próbne 5 ocenianych.

Rzut lotką do tarczy z odległości 2,5 m

Rzut lotką do tarczy punktowej od 1 do 10 pkt. z odległości 2,5 m 3 rzuty próbne 5 ocenianych.

Rzuty woreczkami

Rzuty woreczkami z kukurydzą do specjalnej tablicy. Na ziemi w odległości 6 m od linii rzutów tablica o wymiarach 60 cm X 120 cm z otworem o wymiarach Ø 15 cm

Rzut do otworu – 10 pkt., woreczek na tablicy 5 pkt., 3 rzuty próbne, 5 ocenianych

O miejscu drużyny decyduje łączna suma punktów zdobytych w/w konkurencjach przez zawodniczki.

KONKURENCJE INDYWIDUALNE

Rzut lotką do tarczy

- dziewczęta rocznik 2000 i młodsze
- chłopcy rocznik 2000 i młodszy
- kobiety rocznik 1999 i starsze
- mężczyźni rocznik 1999 i starsi

W każdej kategorii wiekowej powiat może wystawić po 3 zawodniczki i po 3 zawodników, którzy wykonują rzuty do tarczy punktowej z odległości 2,5 m – 3 rzuty próbne , 5 ocenianych .

Łączna ilość punktów w konkursie decyduje o kolejności zajętych miejsc. W przypadku równej ilości pkt. decydują rzuty o wartości 10,9, 8 itd.

KONKURS SIŁACZA

Wyciskanie odważnika 17,5 kg mężczyźni rocznik 1999 i starsi

Zawodnicy wyciskają lewą lub prawą ręką odważnik na wyprostowane ramię bez uginania nóg w kolanach i odrywania stóp od podłoża. Próba musi być wykonywana jednym ciągiem bez przerw.

W przypadku nieprawidłowego wykonania próba nie będzie zaliczona do wyniku a sędzia prowadzący konkurencję może ją przerwać i zakończyć. O kolejności miejsc decyduje ilość zaliczonych podniesień.

Zawody sprawnościowe - rowerowy tor przeszkód

- dziewczęta rocznik 2000 i młodsze
- chłopcy rocznik 2000 i młodszy
- kobiety rocznik 1999 i starsze
- mężczyźni rocznik 1999 i starsi

Zawody sprawnościowe polegają na przejechaniu rowerowego toru przeszkód: slalom między tyczkami (pachółkami), przejazd pod poprzeczką, przejazd po kładce, rzut do celu w czasie jazdy. Za każde podparcie, potrącenie - 1 sekunda kary, za ominięcie przeszkody – dyskwalifikacja, za celny rzut – 3 sekundy bonifikaty. O kolejności zajętych miejsc decyduje suma punktów uzyskanych przez zawodnika/czkę/.

VI ZGŁOSZENIA

Potwierdzenie startu gmin w igrzyskach do dnia 13.07.2017 r. na nr tel. 81 8566001 w. 32
Zgłoszenia do poszczególnych konkurencji igrzysk na 30 min przed startem.

VII PUNKTACJA

Gry sportowe i przeciąganie liny

I – 30 pkt, II- 25 pkt, III , IV – 15 pkt.

Konkurencje drużynowe

I – 25 pky, II- 20 pkt., III- 15 pkt, IV =- 13 pkt. , V -11 pkt, VI – 10 pkt

Konkurencje indywidualne

I – 12 pkt, II- 10 pkt., II – 8 pkt, IV – 7 pkt , V – 6 pk, VI – 5 pkt, VII – 5 pkt.

Do punktacji łącznej gmin wliczane będą punkty zdobyte przez zawodników startujących w konkurencjach indywidualnych i drużynowych.

VIII NAGRODY

Za zajecie I, II, II miejsca indywidualnie i drużynowo – medale i upominki rzeczowe.

Za zajecie I – III miejsca w grach zespołowych, przeciąganiu liny kobiet i mężczyzn – puchary, za I miejsca upominki rzeczowe.

Za zajęcia I – II miejsca w punktacji końcowej Gmin – puchary.

IX Koszty

Koszty organizacji igrzysk pokrywane będą ze środków Starostwa Powiatowego w Lubartowie i Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Michowie.

X Postanowienia końcowe

- wszystkich zawodników obowiązują stroje sportowe,
- wszystkie dzieci uczestniczą w zawodach pod opieką rodziców lub osób dorosłych,
- organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za wypadki i kradzieże, oraz inne wydarzenia nie ujęte w regulaminie.

Od następstw nieszczęśliwych wypadków uczestnicy ubezpieczają się we własnym zakresie.

