



REGULAMIN XXII ZIMOWEJ SPARTAKIADY LZS MIESZKAŃCÓW POWIATU WĄGROWIECKIEGO O PUCHAR STAROSTY WĄGROWIECKIEGO

I Cel

- Popularyzacja kultury fizycznej i rekreacji wśród mieszkańców powiatu wągrowieckiego
- Aktywizacja środowiska wiejskiego do systematycznego działania w zakresie na rzecz rozwoju kultury fizycznej i rekreacji
- Integracja społeczna; poznawanie nowych ludzi
- Wyłonienie reprezentacji powiatu wągrowieckiego do uczestnictwa w Wielkopolskiej Spartakiadzie LZS

II Organizatorzy

- Starostwo Powiatowe w Wągrowcu
- Urząd Gminy Wągrowiec
- Zarząd LZS Powiatu Wągrowieckiego
- Zespół Szkolno – Przedszkolny w Łeknie
- Gminne Stowarzyszenie LZS – Gmina Wągrowiec

III Termin i miejsce

- Spartakiada rozegrana zostanie **23 lutego 2025 r. godzina 10.00** ; przyjazd ekip **9.45**

**- HALA SPORTOWA PRZY ZESPOLE SZKOLNO – PRZEDSZKOLNYM
W ŁEKNIE**

IV Uczestnictwo

- Prawo startu mają wszyscy mieszkańcy **POWIATU WĄGROWIECKIEGO**. Uczestnicy Spartakiady muszą posiadać aktualne badania lekarskie i dowód tożsamości

Wszyscy uczestnicy muszą posiadać obuwie sportowe.

W przypadku stwierdzenia udziału zawodnika nieuprawnionego, gmina zostanie pozbawiona punktów zdobytych przez tego zawodnika lub drużynę.

- Zawodnik może startować w jednej konkurencji. Gmina może wystawić do dwóch zawodników w jednej konkurencji.

V Program i sposób przeprowadzenia konkurencji

1. Podnoszenie ciężarka 17,5kg mężczyźni – gmina wystawia do 2 zawodników do 85kg wagi, zawodnik podnosi ciężarek jedną ręką do pełnego wyprostowania.

2. Podnoszenie ciężarka 17,5kg mężczyźni – gmina wystawia do 2 zawodników powyżej 85kg wagi, zawodnik podnosi ciężarek jedną ręką do pełnego wyprostowania.

3. Podnoszenie ciężarka 12,5kg kobiet – gmina wystawia do 2 zawodniczek do 70 kg wagi, zawodniczka podnosi ciężarek jedną ręką do pełnego wyprostowania.

4. Podnoszenie ciężarka 12,5kg kobiet – gmina wystawia do 2 zawodniczek powyżej 70 kg wagi, zawodniczka podnosi ciężarek jedną ręką do pełnego wyprostowania.

5. Rzut lotką do tarczy kobiet – do 2 zawodniczek, uczestnik wykonuje rzuty lotką z odległości 2,5m – 2 próbne rzuty i 8 punktowanych rzutów.

6. Rzut lotką do tarczy mężczyzn – do 2 zawodników, uczestnik wykonuje rzuty lotką z odległości 2,5m – 2 próbne rzuty i 8 punktowanych rzutów.

7. Strzały na bramkę kobiet – gmina wystawia do 2 zawodniczek.

8. Strzały na bramkę mężczyzn – gmina wystawia do 2 zawodników.

9. Wędkowanie na sucho kobiet – gmina wystawia do 2 zawodniczek, próba w czasie 1,5 min., decyduje ilość złowionych rybek.

10. Wędkowanie na sucho mężczyzn – gmina wystawia do 2 zawodników, próba w czasie 1,5 min., decyduje ilość złowionych rybek.

11. Wielobój rekreacyjny – 1 kobieta

Zawodnicy startują w następujących konkurencjach:

- rzut lotką do tarczy z odległości 2,5m - 2 próbne, 5 ocenianych
- rzuty do kosza z odległości linii rzutów karnych – 2 próbne, 5 ocenianych
- strzały na bramkę – 2 próbne, 5 ocenianych.

O kolejności decyduje suma wszystkich punktów zdobytych w trzech konkurencjach. Przy jednakowej liczbie punktów o kolejności decydować będzie lepsza lokata w rzucie lotką.

12. . Wielobój rekreacyjny – 1 mężczyzna,

Zawodnicy startują w następujących konkurencjach:

- rzut lotką do tarczy z odległości 2,5m - 2 próbne, 5 ocenianych
- rzuty do kosza z odległości linii rzutów karnych – 2 próbne, 5 ocenianych
- strzały na bramkę – 2 próbne, 5 ocenianych.

O kolejności decyduje suma wszystkich punktów zdobytych w trzech konkurencjach. Przy jednakowej liczbie punktów o kolejności decydować będzie lepsza lokata w rzucie lotką.

13. Spacer farmera kobiet

Zawodniczka pokonuje tor przeszkód przenosząc ciężary w obu rękach.(Liczy się czas trasy)

14. Spacer farmera mężczyzn

Zawodnik pokonuje tor przeszkód przenosząc ciężary w obu rękach.(Liczy się czas trasy)

15.Przeciąganie liny

Gmina wystawia 1 drużynę złożoną z 3 osób + 1 osoba rezerwowa. Sposób rozegrania konkurencji uzależniony jest od ilości zgłoszonych drużyn do dwóch zwycięstw.

W trakcie trwania konkurencji /nie pojedynku/ jest możliwość zmiany zawodników, zgłoszonych uprzednio jako rezerwowi. Zawodnicy startują w płaskim obuwiu, bez rękawiczek, nie wolno używać kleju do butów i rąk.

Punktacja

1. rzuty karne do bramki, podnoszenie ciężarka, rzut lotką do tarczy itd.

Lok	1	2	3	4	5	6	7	8	każde następne
Pkt	10	8	7	6	5	4	3	2	1 pkt.

UWAGA!. W punktacji drużynowej jest uwzględniany jeden najlepszy zawodnik w drużynie gminy.

2. przeciąganie liny

Lok	1	2	3	4	5	6	7		każde następne
Pkt	15	13	11	9	7	5	3		2 pkt.

VI Zasady finansowania

Koszt przejazdu reprezentacji pokrywają gminy. Koszt spartakiady powiatowej pokrywa organizator.

VII Nagrody

Za zajęcie trzech pierwszych miejsc we wszystkich konkurencjach i dyscyplinach zawodnicy otrzymują medale. Punktacja zespołowa prowadzona będzie w relacji gminy. Zwycięska gmina w tej punktacji otrzyma Puchar Starosty Wągrowieckiego. Zdobywcy miejsc II – VII otrzymują puchary ufundowane przez organizatorów imprezy i nagrody rzeczowe.

VIII Zgłoszenia

Zgłoszenia telefonicznie przyjmuje Marek Szeszycki tel. 512352882 do dnia 20. 02.2025

Zawodnik może startować tylko w jednej dyscyplinie lub konkurencji rekreacyjnej. Za wyjątkiem przeciągania liny. Zawodnik biorący udział w przeciąganiu liny może brać udział w innej konkurencji.

-Uwaga

Zawodnicy startujący w poszczególnych konkurencjach nie mogą mieć przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach sportowych.

Wągrowiec, 15.01.2025r.

Za zarząd Rady Powiatowej LZS
Marek Szeszycki