



Województwo
Zachodniopomorskie

RESKO



**XVIII WOJEWÓDZKICH IGRZYSK
SPORTOWO – REKREACYJNYCH
*LUDOWYCH ZESPOŁÓW SPORTOWYCH***

*pod Patronatem Jarosława Rzepy
Wicemarszałka Województwa Zachodniopomorskiego*

RESKO -sobota 28 .09.2019 r.

I. Organizatorzy i współorganizatorzy:

- Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego,
- Zachodniopomorskie Zrzeszenie LZS w Szczecinie,
- Powiatowe Zrzeszenie LZS w Łobzie
- Miasta i Gmina Resko
- Zespół Szkół w Resku

II. Cel Igrzysk:

- zwiększenie aktywności fizycznej,
- propagowanie idei aktywnego i zdrowego spędzenia czasu wolnego,
- współzawodnictwo sportowe,
- integracja społeczna,
- promowanie wolontariatu w sporcie.

III. Termin i miejsce:

- Igrzyska odbędą się w dniu **28 .09.2019 roku** na obiektach sportowych w Resku,
- przyjazd ekip, przyjmowanie zgłoszeń do godz. **09:30** - Hala Sportowa Zespołu Szkół im Kazimierza Górskiego w Resku ul.Prusa 2
- odprawa kierowników ekip godz. **09:45, oficjalne** otwarcie Igrzysk godz. **10:10,**
- bezpośrednio po otwarciu przejście zawodników na poszczególne obiekty sportowe,
- rozpoczęcie zawodów sportowych godz. **10:30.**

IV. Uczestnictwo:

- Prawo startu w Igrzyskach mają zawodniczki i zawodnicy pełnoletni (urodzeni w **2001 roku i starsi**), Reprezentacje mogą zgłaszać , gminy , sołectwa , kluby , stowarzyszenia / . Każda reprezentacja ma prawo zgłosić maksimum po 2 osoby do poszczególnych konkurencji i po 1 zespole do konkurencji zespołowych
- każdy z zawodników startujących w Igrzyskach zobowiązany jest posiadać aktualne badania lekarskie uprawniające do startu w zawodach sportowych lub odpowiednie oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych oraz dowód tożsamości z fotografią (**w przypadku braku ww. dokumentu organizator może odmówić startu zawodnika w danej konkurencji**).

V. Zgłoszenia:

Zgłoszenia udziału w Igrzyskach i zapisy do poniższych konkurencji/ np. piłka siatkowa/ prosimy przesyłać na adres e-mail: zslzs@wp.pl, zslzs@onet.pl lub telefonicznie – 09487-37-43.

w nieprzekraczalnym terminie **do 20 września 2019 roku** .

Po nadesłaniu zgłoszeń prześlemy dodatkowym komunikatem szczegółowy harmonogram z programem minutowym.

VI. Program:

1. Finały Igrzysk rozgrywane będą w konkurencjach indywidualnych i zespołowych w kategorii kobiet i mężczyzn.
2. Suma punktów zdobytych we wszystkich konkurencjach przez reprezentantów danej miejscowości / gminy, sołectwa ,klubu lub stowarzyszenia itp określi miejsce w klasyfikacji drużynowej (generalnej) .

Dyscypliny indywidualne:

- Wielozadaniowy tor przeszkód – kobiet i mężczyzn
- szachy – kobiet i mężczyzn
- tenis stołowy – kobiet i mężczyzn / gry singlowe /
- skok w dal z miejsca kobiet i mężczyzn
- strzelanie z broni pneumatycznej kobiet i mężczyzn
- zawody siłowe / podnoszenie ciężarka 18 kg , oraz utrzymywanie ciężarka na wyprostowanych ramionach . – mężczyźni
- pchnięcie kulą kobiet i mężczyzn
- „ marsz magazyniera „ OPEN / płeć dowolna /
- strzał do bramki 1mx 1m piłką nożną OPEN / płeć dowolna /
- rzuty podkową do tarczy OPEN / płeć dowolna /

Dyscypliny zespołowe:

- przeciąganie liny - startują zespoły 5-cio osobowe,
- bieg sztafetowy na bieżni 3x 600 m – startuje zespół 3 osobowy w tym minimum jedna kobieta
- bule / petanque/ zespoły 2 osobowe OPEN / płeć dowolna /

Gry zespołowe:

- piłka siatkowa mężczyzn – zespół liczy maksymalnie 10 osób,
- piłka koszykowa kobiet – zespół liczy 3 zawodniczki + 1 rezerwowa,
- piłka koszykowa mężczyzn – zespół liczy 3 zawodników + 1 rezerwowi,

Sposób przeprowadzenia konkurencji:

- 1. Wielozadaniowy Tor Przeszkód** – Zawodnik pokonuje tor przeszkód na czas.
- 2. Szachy w kategorii kobiet i mężczyzn-** system rozgrywek zostanie ustalony w zależności od liczby zgłoszonych.
- 3. Tenis stołowy:** turnieje **indywidualne kobiet i mężczyzn.** System rozgrywek zostanie ustalony w zależności od liczby zgłoszonych zawodników.
- 4. Bieg sztafetowy po bieżni** – startują drużyny złożone z 3 osób minimum 1 kobieta(dystans 600 m) na bieżni stadionu lekkoatletycznego z ręcznym pomiarem czasu.
- 5. Pchnięcie kulą:** w konkurencji osobno startują kobiety/4kg/ i mężczyźni/6kg/ . O kolejności i punktacji decydować będzie najlepsza odległość uzyskana przez poszczególne zawodniczki i zawodników.
- 6. Przeciąganie liny** – podłoże trawiaste, gołe ręce, obuwie sportowe o płaskiej podeszwie (tenisówki, trampki, adidasy). System rozgrywania konkurencji zostanie określony w zależności od ilości zgłoszonych zespołów.
- 7. Piłka siatkowa mężczyzn** – startują zespoły 6 osobowe + 4 rezerwowych. System rozgrywania konkurencji zostanie określony w zależności od ilości zgłoszonych zespołów.
- 8. Piłka koszykowa kobiet i mężczyzn** – startują zespoły 3 osobowe + 1 rezerwowa, gra na 1 kosz. System rozgrywania konkurencji zostanie określony w zależności od ilości zgłoszonych zespołów.
- 9. Bule / petanque / rzuty bilami do celu/** startują zespoły 2 osobowe / płeć dowolna / gra toczy się do 2 wygranych setów . System rozgrywek ustalony zostanie w zależności od zgłoszonych zespołów .
- 10. Strzelanie z broni pneumatycznej** - konkurencja rozgrywana dla kobiet i mężczyzn na strzelnicy przystosowanej do sportu strzeleckiego . / rodzaj broni i dystans podany będzie w osobnym komunikacie /.
- 11. Zawody siłowe :** płeć dowolna
 - *utrzymywanie ciężarka 18 kg oburącz na wyprostowanych ramionach w przód przed klatką piersiową na czas*
 - *podnoszenie ciężarka 18 kg w pozycji stojąc z opuszczonej ręki do wyprostowanej ręki w stawie łokciowym nad głową / ilość prawidłowych powtórzeń /*
- 12. „ Marsz magazyniera „** zawodnicy pokonują wyznaczony odcinek przechodząc po przekładanych przez siebie skrzynkach . Liczy się najlepszy czas.
- 13. Rzuty lotką do tarczy** – liczy się najlepsza ilość punktów zdobyta w 5 próbach .
- 14. Skok w dal z miejsca kobiet i mężczyzn** – skoki z miejsca , liczy się najlepsza z 3 prób
- 15. Rzuty podkową do tarczy .** zawodnicy rzucają do tarczy rozłożonej na podłożu . Liczy się najwyższa suma zdobytych punktów .

VII. Punktacja:

-wielozadaniowy tor przeszkód , pchniecie kulą, szachy, tenis stołowy, zawody siłowe / 2 konkurencje / , strzelanie z broni pneumatycznej , ,, marsz magazyniera ,, skok w dal z miejsca , rzuty lotką do tarczy , rzuty podkową do tarczy ,

I m – 9 pkt. II m – 7 pkt. III m – 6 pkt., IV m – 5 pkt. V m – 4 pkt. VI – VIII – po 3 pkt. IX – XII – po 2 pkt. XIII i każde następne po 1 pkt.

Bule , bieg sztafetowy,

I m – 16 pkt. II m – 14 pkt. III m – 12 pkt. IV m – 11 pkt. V m – 10 pkt. VI m – 9 pkt. VII m – 8 pkt. VIII m – 7 pkt. IX m – 6 pkt. X m – 5 pkt. XI m – 4 pkt. XII m – 3 pkt. XIII m i każde następne po 2 pkt.

Przeciąganie liny , piłka koszykowa, :

I m – 20 pkt. II m – 17 pkt. III m – 15 pkt. IV m – 13 pkt. V m – 11 pkt. VI m – 10 pkt. VII m – 9 pkt. VIII m – 8 pkt. IX m – 7 pkt. X m – 6 pkt. XI m – 5 pkt. XII m – 4 pkt. XIII i każde następne po 3 pkt.

Piłka siatkowa : I m – 30 pkt , II m -27 pkt , III m – 25 pkt ,IVm -20 pkt , V m – 16 pkt , VI m – 14 pkt VII i dalsze - 10 pkt

VIII. Nagrody:

W konkurencjach indywidualnych:

- za miejsca I – III medale

W dyscyplinach zespołowych:

- za miejsca I – III dla drużyn statuetki lub pucharki a zawodnicy tych drużyn medale.

W klasyfikacji drużynowej gmin, sołectw , klubów , stowarzyszeń za miejsca I – VI puchary.

IX.

Sprawy różne

- wszyscy zawodnicy startujący w konkurencjach rozgrywanych w salach muszą posiadać miękkie obuwie sportowe (zmienne) pod groźbą niedopuszczenia do startu,
- zawodnicy w tenisie stołowym muszą posiadać własne rakiетки,
- wpisowe w wysokości **15 złotych od osoby**, płatne gotówką na miejscu lub wcześniej na konto (dowód wpłaty należy okazać przed zawodami):

**Zachodniopomorskie Zrzeszenie LZS
konto nr 24 1090 2806 0000 0006 9200 3476**

- w ramach wpisowego organizatorzy zapewniają gorący posiłek,
- w sprawach spornych nie ujętych w regulaminie decydować będzie Sędzia Główny Igrzysk wraz z przedstawicielem organizatorów,
- ewentualne protesty będą rozpatrywane przez Komisję Odwoławczą po wpłaceniu kaucji w wysokości 300 złotych.

Ze sportowym pozdrowieniem