



REGULAMIN
IV Wojewódzkich Igrzysk Sportowych LZS
o Puchar Marszałka Województwa Pomorskiego
Gmina Pruszcz Gdański, 10 czerwca 2017 r.

*Impreza zorganizowana przy wsparciu ze środków Ministerstwa Sportu
i Turystyki oraz Samorządu Województwa Pomorskiego*

1. CEL

- Promocja zdrowego trybu życia mieszkańców wsi i małych miasteczek woj. pomorskiego,
- Integracja mieszkańców województwa pomorskiego,
- Wyłonienie najbardziej usportowionej gminy ze środowiska LZS,
- Wyłonienie reprezentacji woj. pomorskiego na Ogólnopolskie Igrzyska LZS w 2017 roku,
- Promocja dorobku sportowców wiejskich spod znaku LZS,
- Edukacja zachowań „Fair Play” w czasie rywalizacji sportowej

2. Organizatorzy:

- Pomorskie Zrzeszenie LZS w Gdańsku,
- Krajowe Zrzeszenie LZS w Warszawie,
- Urząd Marszałkowski w Gdańsku,
- Urząd Gminy Pruszcz Gdański,
- Ośrodek Kultury, Sportu i Biblioteka Publiczna Gminy Pruszcz Gdański,
- Gminne Towarzystwo Sportowe Pruszcz Gdański,
- Ochotnicza Straż Pożarna w Łęgowie,

Współorganizatorzy:

- Urzędy Gmin – gminy biorące udział w Igrzyskach,
- Starostwo Powiatowe w Pruszczu Gdańskim,
- Zespół Szkół w Łęgowie,
- Sołectwo Łęgowo,
- Straż Gminna Gminy Pruszcz Gdański,

3. Patronat honorowy:

- Marszałek Województwa Pomorskiego,
- Wojewoda Pomorski,
- Przewodniczący Sejmiku Woj. Pomorskiego,
- Wójt Gminy Pruszcz Gdański,
- Starosta Powiatu Gdańskiego,

4. Termin i miejsce:

Igrzyska odbędą się 10.06.2017 r. na obiektach sportowych i rekreacyjnych w gminie Pruszcz Gdański. Centrum zawodów będzie stanowić infrastruktura sportowa Zespołu Szkół w Łęgowie ul. Szkolna. Uroczyste otwarcie Igrzysk o godz. 10.30 – defilada poszczególnych reprezentacji i zapalenie znicza olimpijskiego.

5. Sposób przeprowadzenia konkurencji:

Uzależniony będzie od specyfikacji konkurencji, ilości drużyn i zawodników biorących udział w Igrzyskach.

6. Uczestnictwo:

W Igrzyskach mają prawo udziału mieszkańcy danej gminy oraz członkowie lub zawodnicy Zrzeszeni w LZS z terenu danej gminy i **urodzeni w roku 1999 i starsi** – organizatorzy prowadzić będą weryfikację drużyn, reprezentacji na podstawie listy zgłoszeniowej potwierdzanej przez wójta danej gminy, w przypadku stwierdzenia przez organizatorów nieprawidłowości bądź protestów innych drużyn – dany zawodnik / zawodniczka musi przedstawić organizatorom dokument tożsamości ze zdjęciem. W przypadku niezgodności cała reprezentacja gminna zostanie dyskwalifikowana.

Protesty będą rozpatrywane przez Komisję powołaną przez Organizatora, po wpłaceniu kaucji w wysokości: 200 zł.

- W przypadku uznania protestu kaucja zostaje zwrócona.
- W przypadku odrzucenia protestu kaucja zostaje u Organizatora.

Zgłoszenia drużyn prosimy kierować na adres kl@pruszczgdanski.pl do dnia 15.05.2017 r. Imienne zgłoszenia drużyn składamy do 30.05.2017 r. (formularz zostanie dostarczony po zgłoszeniu drużyny do Igrzysk). Maksymalna ilość drużyn w igrzyskach – 14, decyduje termin zgłoszenia.

Dokumentacja wymagana do weryfikacji:

- lista imienna zgłaszanych zawodników wraz z adresem zamieszkania;
- dokument tożsamości (do okazania jeśli zajdzie potrzeba);
- **aktualne badania lekarskie lub oświadczenie;**
- uczestnicy czwórboju dla władz - muszą posiadać dokument stwierdzający pełnioną funkcję, dowód osobisty i badania lekarskie (zgodę lekarza na udział w zawodach lub oświadczenie).

Drużyny – reprezentacje gmin wpłacają wraz ze zgłoszeniem drużyny 700 zł na konto organizatora do dnia 15 maja 2017 roku – aby współuczestniczyć w organizacji zawodów.

Opłaty proszę dokonywać z dopiskiem: opłata startowa za zespół..., na rachunek bankowy:

**Ośrodek Kultury, Sportu i Biblioteka Publiczna Gminy Pruszcz Gdański
Nr konta 74 8335 0003 0116 1249 2000 0002**

Przyjazd ekip na miejsce imprezy i poszczególnych konkurencji na koszt własny gminy / miasta lub sponsora,

Organizatorzy zabezpieczają:

- posiłek regeneracyjny,
- opiekę medyczną,
- służbę porządkowo - techniczną,
- zespoły sędziowskie w poszczególnych konkurencjach,
- możliwość zakupu artykułów żywnościowych i napojów w punktach handlowych

8. SPOSÓB PRZEPROWADZENIA IGRZYSK

1. Igrzyska zostaną przeprowadzone według obowiązujących przepisów Polskich Związków Sportowych i niniejszego regulaminu.
2. Uczestnicy Igrzysk mogą startować w dowolnej liczbie **konkurencji indywidualnych (dodatkowo w sztafecie olimpijskiej)**. **Zawodnicy startujący w konkurencjach zespołowych i drużynowych mogą startować w jeszcze jednej konkurencji indywidualnej.**
3. W każdej z gier zespołowych i konkurencji drużynowych dana gmina może wystawić **tylko 1 zespół**.
4. Losowania gier zespołowych odbędą się na odprawie technicznej.
5. Drużyna zweryfikowana i rozlosowana podczas odprawy technicznej, która nie stawi się do wyznaczonego meczu będzie zdyskwalifikowana i pozbawiona punktów dla gminy.
Sędzia główny konkurencji nie ma prawa powtórzyć losowania!!!
6. System rozgrywek uzależniony będzie od ilości drużyn.

9. PROGRAM IGRZYSK

Konkurencje zespołowe

1. Piłka nożna mężczyzn drużyn 5 osobowych - miejscowość Rusocin i Rotmanka

Uczestniczy jedna drużyna z gminy licząca 5 zawodników w tym bramkarz + 3 zawodników rezerwowych. Rozgrywki są prowadzone na boisku o nawierzchni trawiastej wymiarach 25m x 42m, bramki 2m x 5m. Czas gry i system rozgrywek uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn i zostanie podany na odprawie technicznej podczas losowania. Zawodnicy muszą posiadać aktualne badania lekarskie. Rozgrywki zostaną przeprowadzone zgodnie z przepisami PZPN.

2. Piłka siatkowa kobiet drużyn 3 osobowych – miejscowość Łęgowo

Uczestniczy jedna drużyna z gminy licząca 3 zawodniczki + 1 rezerwowa. Turniej zostanie rozegrany w hali sportowej na boisku o wymiarach 14m x 7m. System rozgrywek zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn. Turniej zostanie przeprowadzony zgodnie z przepisami PZPS. Zawodniczki muszą posiadać aktualne badania lekarskie.

3. Piłka siatkowa mężczyzn drużyn 3 osobowych - miejscowość Straszyn

Uczestniczy jedna drużyna z gminy licząca 3 zawodników + 1 rezerwowy. Turniej zostanie rozegrany w hali sportowej na boisku o wymiarach 18 m x 9 m. System rozgrywek zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn. Turniej zostanie przeprowadzony zgodnie z przepisami PZPS. Zawodnicy muszą posiadać aktualne badania lekarskie.

4. Piłka siatkowa plażowa kobiet- miejscowość Juszkowo

Uczestniczy jedna drużyna z gminy licząca 2 zawodniczki. Turniej zostanie rozegrany na boisku piaszczystym o wymiarach 16m x 8m. System rozgrywek zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn. Turniej zostanie przeprowadzony zgodnie z przepisami PZPS. Zawodniczki muszą posiadać aktualne badania lekarskie.

5. Piłka siatkowa plażowa mężczyzn- miejscowość Rokitnica

Uczestniczy jedna drużyna z gminy licząca 2 zawodników. Turniej zostanie rozegrany na boisku piaszczystym o wymiarach 16m x 8m. System rozgrywek zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn. Turniej zostanie przeprowadzony zgodnie z przepisami PZPS. Zawodnicy muszą posiadać aktualne badania lekarskie.

6. Koszykówka kobiet drużyn 3 osobowych – miejscowość Rotmanka

Uczestniczy jedna drużyna z gminy licząca 3 zawodniczki + 1 rezerwowa. Turniej zostanie rozegrany na boisku ze sztuczną nawierzchnią na jednej i drugiej części boiska. Gra na jeden kosz. System rozgrywek oraz czas gry zostanie podany podczas weryfikacji i uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn. Zawodniczki muszą posiadać aktualne badania lekarskie. Podczas turnieju obowiązują przepisy PZKosz.

7. Koszykówka mężczyzn drużyn 3 osobowych - miejscowość Rusocin szkoła

Uczestniczy jedna drużyna z gminy licząca 3 zawodników + 1 rezerwowy. Turniej zostanie rozegrany na boisku ze sztuczną nawierzchnią na jednej i drugiej części boiska. Gra na jeden kosz. System rozgrywek oraz czas gry zostanie podany podczas weryfikacji i uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn. Zawodnicy muszą posiadać aktualne badania lekarskie. Podczas turnieju obowiązują przepisy PZKosz.

8. Przeciąganie liny kobiet - miejscowość Łęgowo

Uczestniczy jedna drużyna z gminy w 5 osobowym składzie. Obowiązuje obuwie sportowe o płaskich podeszwach bez kolców, korków, obcasów, obuwia typu „traper”. System rozegrania konkurencji zostanie uzależniony od ilości zgłoszonych drużyn.

9. Przeciąganie liny mężczyzn - miejscowość Łęgowo

Uczestniczy jedna drużyna z gminy w 5 osobowym składzie. Obowiązuje obuwie sportowe o płaskich podeszwach bez kolców, korków, obcasów, obuwia typu traper. System rozegrania konkurencji zostanie uzależniony od ilości zgłoszonych drużyn.

Konkurencje drużynowe:

10. Przenoszenie worków – miejscowość Łęgowo

Mężczyźni

Startuje reprezentacja gminy w 4 osobowym składzie. Każdy zawodnik przenosi wahadłowo worki o wadze 50,40,30 kg. na dystansie 20 m (każdy zawodnik pokonuje dystans 100 m – 60 metrów z obciążeniem, 40 bez). O kolejności decyduje najlepszy czas uzyskany przez drużynę.

Kobiety

Startuje reprezentacja gminy w 4 osobowym składzie. Każda zawodniczka przenosi wahadłowo worki o wadze 25,20,15 kg. na dystansie 20 m (każdy zawodniczka pokonuje dystans 100 m – 60 metrów z obciążeniem, 40 bez). O kolejności decyduje najlepszy czas uzyskany przez drużynę.

11.Czwórbój dla władz (kręgle, strzały na bramkę, rzuty lotką, strzelanie z wiatrówki) - miejscowość Łęgowo

Startuje reprezentacja gminy w 3 osobowym składzie:

- wójt/burmistrz/zastępca – wóldarze gminnych reprezentacji
- sołtys
- radny gminy

Kręgle - zbijanie piłką do piłki ręcznej 9 kręgli z odległości 10 m - jeden rzut próbny, 5 ocenianych. Za każdy strącony kręgiel – 5 pkt. O wyniku decyduje ilość strąconych kręgli z pięciu prób.

Strzały na bramkę - strzały piłką nożną na bramkę 1m x 1m z odległości 11 m - 1 strzał próbny, 5 ocenianych, 10 pkt za celny strzał.

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

Strzelanie z wiatrówki – każdy zawodnik oddaje 5 strzałów punktowanych, poprzedzonych 3 strzałami próbnymi.

O miejscu drużyny decyduje łączna suma punktów zdobytych przez 3 zawodników we wszystkich konkurencjach (nie punktują oddzielnie pojedyncze konkurencje).

W każdej konkurencji drużyna może zdobyć maksymalnie 150 pkt.

14. Sztafeta olimpijska 800-400-200-100 – sztafeta składa się z czterech zawodników.

W biegu na 800 i 400 metrów biegają mężczyźni, a w biegu na 200 i 100 metrów biegają kobiety w seriach na czas. W sztafecie mogą wziąć udział zawodnicy, którzy brali udział w biegach indywidualnych.

Konkurencje indywidualne – każda gmina ma prawo zgłosić max. dwóch zawodników do każdej konkurencji. Do punktacji liczy się wynik lepszego zawodnika

15. Bieg na 60 m kobiet – startują 3 zawodniczki (3 tory na bieżni tartanowej) bez eliminacji, czas biegu decyduje o zajęтым miejscu.

16. Bieg na 60 m mężczyzn – startują 3 zawodniczki (3 tory na bieżni tartanowej) bez eliminacji, czas biegu decyduje o zajęтым miejscu.

17. Bieg na 800 m kobiet – zawodniczki startują w seriach na czas

18. Bieg na 1500 m mężczyzn – zawodnicy startują w serii na czas

19. Letni biatlon 3000 m (nordic, walking, strzelanie) - miejscowość Łęgowo

Każda gmina ma prawo wystawić tylko jednego zawodnika lub zawodniczkę.

Marsz z linii startu do miejsca strzelania – 1km, strzały z broni pneumatycznej – /karabinek/ w pozycji leżącej, odległość do tarczy 10 m, tarcza o wymiarach 17 cm x 17 cm, 8 strzałów, 5 najlepszych punktowanych, wyjście na kolejny odcinek marszu – 1km i powrót na strzelnicę, strzały w pozycji stojącej, odległość do tarczy 10 m, tarcza o wymiarach 17 cm x 17 cm, 8 strzałów, 5 najlepszych punktowanych, marsz na linię startu mety – 1 km. O kolejności zajętych miejsc decydować będzie łączna punktacja za czas marszu i strzelanie **(tabela punktów pomocniczych w załączeniu).**

20. Wyciskanie odważnika 17,5 kg mężczyzn - miejscowość Łęgowo (do 85 kg i powyżej 85 kg)

Każda gmina ma prawo wystawić po jednym zawodniku do 85 kg i powyżej 85 kg.

Zawodnicy startują w pozycji siedzącej. Zawodnicy wyciskają prawą lub lewą ręką odważnik na wyprostowane ramię bez odrywania stóp od podłoża. W przypadku nieprawidłowego wykonania próba nie będzie zaliczona do wyniku a sędzia prowadzący konkurencję może ją przerwać i zakończyć. Decyzja sędziego jest ostateczna.

O kolejności decyduje suma zaliczonych podniesień prawą lub lewą ręką, w przypadku jednakowego wyniku decydować będzie waga zawodnika.

Ważenie zawodnika przed rozpoczęciem próby.

21. Przerzucanie opony traktorowej - miejscowość Łęgowo

Zawodnik przerzuca oponę na dystansie 20 metrów, o zwycięstwie decyduje najlepszy czas uzyskany przez zawodnika. Waga opony ~ 120 kg

22. Wyciskanie sztangi na ławce poziomej (50% masy ciała) miejscowość Łęgowo

Z Każdej Gminy startuje 1 zawodnik. Konkurencja polega na wyciskaniu sztangi o ciężarze 50% masy ciała leżąc na ławce poziomej. Przed rozpoczęciem konkurencji, każdy z zawodników jest ważony w celu przygotowania ciężaru. Sztangę opuszczamy do klatki piersiowej i wyciskamy do pełnego wyprost. Liczy się ilość wyciśnień sztangi.

23. Wyciskanie gryfu olimpijskiego (20kg) - miejscowość Łęgowo

Z Każdej Gminy startuje 1 zawodniczka. Konkurencja polega na wyciskaniu sztangi o ciężarze 20 kg leżąc na ławce poziomej. Sztangę opuszczamy do klatki piersiowej i wyciskamy do pełnego wyprost. Liczy się ilość wyciśnień sztangi.

10. PUNKTACJA

a/ gry zespołowe, przeciąganie liny, konkurencje drużynowe

I m – 40 pkt, II m – 35 pkt, III m – 30 pkt, IV m – 28 pkt, V m – 26pkt , VI m– 24pkt,

VII m – 22 pkt, VIII m – 20pkt, IX m – 18 pkt, X m – 16 pkt, XI m – 14 pkt, XII m – 12pkt,

XIII m – 10pkt, XIV m – 8pkt,

b/ konkurencje indywidualne

I m – 15 pkt, II m – 13pkt, III m – 11 pkt, IV m –10pkt, V m – 9 pkt, VI m –8pkt, VII m–7pkt, VIII m – 6pkt, IX m – 5pkt, X m – 4pkt, XI m – 3pkt, XII m – 2pkt, XIII m i niżej – 1 pkt.

Suma punktów zgromadzonych przez reprezentantów danej gminy określi miejsce w punktacji generalnej województw. Przy równej liczbie punktów o wyższym miejscu decydować będzie większa ilość zwycięstw w poszczególnych konkurencjach.

11. NAGRODY

- Za miejsca I – III w poszczególnych konkurencjach zwycięzcy otrzymują medale
- Za miejsca I – III w grach zespołowych, i konkurencjach drużynowych zwycięzcy otrzymują puchary i medale
- Za miejsca w punktacji generalnej województwa otrzymują puchary.
- Każdy uczestnik mistrzostw otrzyma los, który będzie brał udział w losowaniu nagród

12. Inne postanowienia regulaminowe

Organizatorzy Igrzysk nie odpowiadają za:

- wypadki powstałe z winy uczestników imprezy i osób postronnych,
- za rzeczy zagubione lub zaginione przez uczestników,
- za brak badań lekarskich umożliwiających udział w rywalizacji sportowej.

**Wszelkie dodatkowe informacje udziela główny organizator zawodów
Janusz Sampolski tel.: 516269190 i Karol Lipski tel.: 728 415 561**

13. Karta zgłoszeń imiennych zawodników oraz ewentualne zmiany w regulaminie zostaną przesłane w późniejszym terminie.

14. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do ostatecznej interpretacji niniejszego Regulaminu.

**ZAPRASZAMY DO GMINY PRUSZCZ GDAŃSKI !!!
ze sportowym pozdrowieniem
ORGANIZATORZY**

Punktacja pomocnicza

Nordic walking Strzelanie

32 m – 1 pkt 32 m – 1 pkt
31 m – 2 pkt 31 m – 2 pkt
30 m – 3 pkt 30 m – 3 pkt
29 m – 4 pkt 29 m – 4 pkt
28 m – 5 pkt 28 m – 5 pkt
27 m – 6 pkt 27 m – 6 pkt
26 m – 7 pkt 26 m – 7 pkt
25 m – 8 pkt 25 m – 8 pkt
24 m – 9 pkt 24 m – 9 pkt
23 m – 10 pkt 23 m – 10 pkt
22 m – 11 pkt 22 m – 11 pkt
21 m – 12 pkt 21 m – 12 pkt
20 m – 13 pkt 20 m – 13 pkt
19 m – 14 pkt 19 m – 14 pkt
18 m – 15 pkt 18 m – 15 pkt
17 m – 16 pkt 17 m – 16 pkt
16 m – 18 pkt 16 m – 18 pkt
15 m – 20 pkt 15 m – 20 pkt
14 m – 22 pkt 14 m – 22 pkt
13 m – 24 pkt 13 m – 24 pkt
12 m – 26 pkt 12 m – 26 pkt
11 m – 28 pkt 11 m – 28 pkt
10 m – 30 pkt 10 m – 30 pkt
9 m – 32 pkt 9 m – 32 pkt
8 m – 34 pkt 8 m – 34 pkt
7 m – 36 pkt 7 m – 36 pkt
6 m – 38 pkt 6 m – 38 pkt
5 m – 40 pkt 5 m – 40 pkt
4 m – 42 pkt 4 m – 42 pkt
3 m – 44 pkt 3 m – 44 pkt
2 m – 47 pkt 2 m – 47 pkt
1 m – 50 pkt 1 m – 50 pkt