



REGULAMIN
„GWIAZDKOWEGO” TURNIEJU
W WYCISKANIU SZTANGI LEŻĄC
ŁÓDŹ, dnia 12 grudnia 2009r.

I. CEL:

1. Popularyzacja wyciskania leżąc
2. Popularyzacja ćwiczeń siłowych wśród społeczeństwa województwa łódzkiego w szczególności wśród młodzieży
3. Wyłonienie najlepszych zawodników
4. Umożliwienie po raz pierwszy startu zawodniczkom i zawodnikom – przyszłym członkom KS „Społem” w Łodzi

II. ORGANIZATORZY:

1. Polski Związek Kultury Fizycznej, Fitness i Trójboju Siłowego w Warszawie
2. Wojewódzki Związek Kultury Fizycznej, Trójboju Siłowego i Fitness w Łodzi
3. Klub Sportowy „Społem” w Łodzi

III. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

1. Termin: **12 grudnia 2009r. (sobota)**
2. Miejsce startu: **Hala Sportowa – Klubu sportowego „Społem: w Łodzi, ul. Północna 36**
3. Termin i miejsce odprawy technicznej : **12 grudnia 2009r. o godz. 10.00, w miejscu startu**

IV. WARUNKI UCZESTNICTWA:

1. W zawodach uczestniczyć mogą:
 - a) Reprezentanci klubów i stowarzyszeń kultury fizycznej z Okręgu Łódzkiego – członków PZKFITS, mający na bieżąco opłacone składki członkowskie PZKFITS, posiadający kartę zawodniczą i licencję ważną na 2009r.
 - b) Zawodnicy i członkowie KS „Społem” w Łodzi oraz kandydaci na członków KS „Społem” w Łodzi. Warunek – muszą mieć zameldowanie na pobyt stały na terenie woj. łódzkiego.
2. Zawodnicy i zawodniczki muszą spełniać następujące warunki:
 - a) Ukończony 14 rok życia w dniu zawodów;
 - b) Posiadać ważne badania lekarskie:
 - zawodników z klasą MM, M i I obowiązuje książeczka zdrowia sportowca – trójboju siłowego;
 - zawodników o niższej klasie sportowej obowiązuje karta zdrowia sportowca trójboju siłowego lub zaświadczenie lekarskie z klauzulą „*Zdolny do zawodów trójboju siłowego lub wyciskania leżąc*” podpisaną przez lekarza;**Obowiązuje wyłącznie indywidualne badanie lekarskie: nie będą honorowane zbiorowe badania lekarskie wydane dla dwóch lub więcej osób, a osoby legitymujące się zbiorowymi badaniami nie będą dopuszczone do zawodów.**
 - c) Dla zawodników z licencją PZKFITS opłacone wpisowe od 1 osoby w wysokości **15 zł**, pozostali **20 zł** od 1 osoby

V. SPOSÓB RYWALIZACJI

Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z obowiązującymi przepisami IPF i PZKFITS.

Do zawodów można zgłosić nieograniczoną liczbę zawodniczek i zawodników (w tym maksymalnie dwóch zawodników (- czek,) w tej samej kategorii wagowej.

Rywalizacja indywidualna zostanie przeprowadzona :

- zawodniczki kat. open
- zawodnicy juniorzy do lat 23: 67,5; 75; 82,5; 90 i +90 kg
- zawodnicy seniorzy ; kat. 67,5; 75; 82,5; 90 i +90 kg
- zawodnicy – jedna grupa weteranów 40 lat i powyżej

Uwaga! Wszyscy uczestnicy startują bez koszulek specjalistycznych.

IV. KLASYFIKACJA

Indywidualna wśród kobiet i weteranów wg formuły Wilks'a.

Indywidualna wśród juniorów i seniorów wg uzyskanego wyniku w wyciskaniu leżąc.

Do klasyfikacji drużynowej mężczyzn liczy się 6 najlepszych z zajętych miejsc przez zawodników w każdej kategorii wiekowej reprezentujących poszczególne kluby z Województwa Łódzkiego.

Punkty do klasyfikacji drużynowej obliczane są wg następującego klucza:

I - 12 pkt, II - 9 pkt, III - 8 pkt, IV - 7 pkt, V - 6 pkt, VI - 5 pkt itd. Miejsce X i niższe otrzymują po jednym punkcie.

Najlepszą Zawodniczką wśród zawodniczek i Najlepszym Zawodnikiem wśród zawodników zostanie uznana zawodniczka/zawodnik z największą liczbą punktów Wilks'a.

VII. NAGRODY

- 1) Trzy pierwsze miejsca w każdej kategorii wagowej juniorów nagrodzone zostaną medalami, a za pierwsze miejsce dodatkowo puchar, I - VI miejsce dyplomy.
- 2) Trzy pierwsze miejsca w każdej kategorii wagowej seniorów nagrodzone zostaną medalami, a za pierwsze miejsce dodatkowo puchar, I - VI dyplomy.
- 3) Trzy pierwsze miejsca w kategorii kobiet OPEN zostaną nagrodzone medalami a za pierwsze miejsce dodatkowo puchar, I - VI dyplomy.
- 4) Trzy pierwsze miejsca w kategorii OPEN weteranów zostaną nagrodzone pucharami i medalami, I - VI dyplomy
- 5) Trzy pierwsze miejsca w kategorii drużynowej mężczyzn zostaną nagrodzone pucharami, I - VI miejsce dyplomy.
- 6) Pierwsze miejsce wg formuły Wilks'a w kategorii juniorów - puchar.
- 7) Pierwsze miejsce wg formuły Wilks'a seniorów - puchar.

VIII SPRAWY ORGANIZACYJNE

Zgłoszenie i informacja

Zgłoszenia na piśmie w dniu zawodów na odprawie technicznej z **podaniem imienia i nazwiska**

zawodniczki/zawodnika, dokładnej daty urodzenia i kategorii wagowej oraz nazwy klubu.

Wszelkich informacji można uzyskać pod nr Tel. (0-42) 632-65-19 wew. 45, w godz. 17.00 - 20.00

Oplaty startowe przyjmowane będą w czasie odprawy technicznej lub przed wejściem na wagę. Organizator pokrywa koszty organizacyjne i zakup nagród. Uczestnicy pokrywają koszty przejazdów i diet oraz opłatę wpisowego.

Komisję sędziowską powołuje PZKFITS w porozumieniu z organizatorem bezpośrednim KS „Społem” w Łodzi.

IX. PROPONOWANY PROGRAM ZAWODÓW

12 grudnia 2009r. (sobota)

Godz. 10.00 - odprawa techniczna w miejscu zawodów

Godz. 10.30 - 12.00 - ważenie wszystkich zawodniczek i zawodników

Godz. 12.30 - start I grupy zawodniczek

Dokładny program zawodów ustalony będzie na odprawie technicznej w dniu 12 grudnia 2009r.

X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- prawo interpretacji regulaminu należy do organizatora
- organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zaginione
- kluby sportowe i uczestnicy zawodów winni ubezpieczyć się od następstw nieszczęśliwych wypadków
- składanie i uwzględnienie protestu odbywa się na zasadach podanych w przepisach, w szczególności w „komunikacie finansowo - organizacyjnym PZKFITS na 2009r”
- wszelkie sprawy nie objęte regulaminem rozstrzygać będzie Komisja Odwoławcza złożona z przedstawiciela PZKFITS, Organizatora oraz sędziego głównego zawodów.

Łódź, dnia 09.11.2009r.

V-ce Prezes PZKFITS

dr Marek Kruszewski

Organizator

KS „SPOŁEM” ŁÓDŹ