



REGULAMIN VII INTEGRACYJNYCH OTWARTYCH MISTRZOSTW DOLNEGO ŚLĄSKA W WYCISKANIU SZTANGI LEŻĄC KLASYCZNYM

Strzegom 05.11. 2017

Cel :

- popularyzacja ćwiczeń siłowych
- wyłonienie najlepszych zawodników i zawodniczek
- propagowanie aktywnego uprawiania sportu w Regionie Dolnego Śląska
- popularyzacja wyciskania leżąc
- integracja z zawodnikami niepełnosprawnymi

Organizatorzy:

- . Polski Związek Kulturystryki, Fitness i Trójboju Siłowego w Warszawie
- . Ośrodek Sportu i Rekreacji w Strzegomiu
- . Strzegomskie Centrum Kultury
- . Gmina Strzegom
- . Klub Sportowy „START” Strzegom oraz Klub Sportowy „RELAX” Kamienna Góra – organizator bezpośredni

Termin i miejsce

Termin : 05 listopada 2017 r. (niedziela),

Miejsce startu : Hala Sportowa OSiR w Strzegomiu ul. Mickiewicza 2

Termin i miejsce odprawy technicznej : 05 listopada 2017 r. godz. 8.30 w miejscu startu.

Dokładny program zawodów ustalony będzie na odprawie technicznej w dniu 05.11.2017. o godz. 8.30

Warunki uczestnictwa :

1. W zawodach uczestniczyć mogą :
 - a. zawodnicy niepełnosprawni zrzeszeni w PZSN „Start”.
 - b. reprezentanci klubów, ognisk i stowarzyszeń kultury fizycznej –członków PZKFITS , mających na bieżąco opłacone składki członkowskie w PZKFITS, posiadający licencję zawodnika ważną na rok 2017.
 - c. Kandydaci, którzy startują po raz pierwszy w zawodach, legitymujący się dokumentem tożsamości z poświadczonym miejscem zamieszkania w gminie/mieście organizatora.
2. Zawodnicy i zawodniczki muszą spełniać następujące warunki:
 - a) Ukończony 14 rok życia w dniu zawodów;
 - b) posiadać ważne badania lekarskie.
 - zawodników z klasa MM, M i I obowiązuje książeczka zdrowia sportowca trójboju siłowego; w wyciskaniu leżąc” podpisana przez uprawnionego lekarza.
 - zawodników o niższej klasie sportowej obowiązuje karta zdrowia sportowca trójboju siłowego lub zaświadczenie lekarskie z klauzulą „Zdolny do zawodów trójboju siłowego” lub „Zdolny do zawodów w wyciskaniu leżąc” podpisana przez uprawnionego lekarza.

Obowiązują wyłącznie oryginalne indywidualne badania 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) posiadać podpisane oświadczenie (w przypadku nieletnich podpisane również przez prawomocnego opiekuna) o treści: „ Oświadczam, że jest mi znany regulamin antydopingowy PZKFITS. Zobowiązuję się respektować zawarte w nim przepisy i sankcje, jak również zobowiązuje się nie przyjmować żadnych zakazanych środków farmakologicznych”.
- d) opłacone wpisowe: juniorzy do lat 16 i 18 – 50 zł , pozostali 60 zł od osoby.
- e) Startujący zawodnicy mają prawo startu w dwóch kategoriach wiekowych po opłaceniu drugiej opłaty startowej. Druga opłata startowa wynosić będzie 40 zł.
- f) zawodnicy niepełnosprawni zwolnieni są z opłaty startowej.

Sposób rywalizacji

Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z obowiązującymi przepisami IPF i PZKFITS.

Do startu można zgłosić dowolną liczbę zawodników i zawodniczek.

Rywalizacja indywidualna:

- juniorzy do lat 16 w kat. open wg. formuły Wilksa
- juniorzy do lat 18 w kat. open wg. formuły Wilksa
- juniorzy do lat 20 w kat. open wg. formuły Wilksa
- juniorki do lat 23 w kat. open wg. formuły Wilksa
- juniorzy do lat 23 w kat. open wg. formuły Wilksa
- kobiety w kat. do 57 kg i powyżej 57 kg wg. formuły Wilksa
- seniorzy w kat. do 59, do 66, do 74, do 83, do 93, do 105, do 120 oraz powyżej 120 kg według uzyskanego wyniku w kg.
- niepełnosprawni mężczyźni w kat. open wg formuły Wilks'a
- niepełnosprawne kobiety open wg formuły Wilks'a
- weterani powyżej 40 lat w kat. open wg formuły Wilks'a

Klasyfikacja drużynowa będzie prowadzona według uzyskanych pkt Wilks'a. Punktuje pięciu najlepszych zawodników i zawodniczek z danego klubu (juniorzy, seniorzy, weterani oraz kobiety)

Klasyfikacja najlepszego zawodnik z największą liczbą punktów Wilks'a..

Klasyfikacja najlepszej zawodniczki z największą liczbą punktów Wilks'a..

UWAGA: Zawodniczki i zawodnicy mogą być zgłoszeni do rywalizacji w jednej kategorii wiekowej wynikającej z daty urodzenia (np. 17-latek wyłącznie do lat 18) oraz dodatkowo do rywalizacji w kategorii seniorów.

Nagrody :

1. Trzy pierwsze miejsca w powyższych kategoriach nagrodzone zostaną medalami, dyplomami oraz nagrodami rzeczowymi.
2. Najlepszy zawodnik, który uzyska największą ilość punktów Wilks'a otrzyma puchar.
3. Najlepsza zawodniczka, która uzyska największą ilość punktów Wilks'a otrzyma puchar
4. Trzy najlepsze kluby w klasyfikacji drużynowej nagrodzone zostaną pucharami i dyplomami.

Zgłoszenia :

Zgłoszenia przyjmowane są do dnia 29.10.2017.

Zgłoszeni przyjmuje:

Marek Rydwański tel. kom. 604 95 82 04 e-mail: mydwan@go2.pl

Opłaty startowe przyjmowane będą wyłącznie w biurze zawodów w dniu 5 listopada 2017 r. od godz. 8.30 przed wejściem na wagę.

Komisję Sędziowską powołuje PZKFITS.

Zakwaterowanie we własnym zakresie:

Hotel i Restauracja GRANIT

ul. Rynek 39
58-150 Strzegom
tel./fax (0-74) 855-03-44
tel. 855-18-56
<http://www.hotel-granit.prv.pl>
e-mail: hotelgranit@op.pl

Hotel i Restauracja STRAGONA

ul. Al. Woj. Pol. 47
58-150 Strzegom
tel./fax (074) 855-15-60
tel. (074) 855-15-49
tel. kom. 0 601 971 437

Hotel i Restauracja SYRENA

ul. Kasztelańska 18
58-150 Strzegom
tel./Fax (074) 649-40-55
tel. (074) 855-55-29

Rezerwacji noclegów i wyżywienia w hotelu dokonują sami zainteresowani, co najmniej na 7 dni przed zakwaterowaniem.

Proponowany program zawodów :

5 listopada 2017 r.

Godz. 8.30	odprawa techniczna w miejscu zawodów
Godz. 9.00 – 10.30	ważenie wszystkich zawodniczek i zawodników
Godz. 11.00	start I grupy

Dokładny program zawodów ustalony będzie na odprawie technicznej w dniu 05.11.2017r.

Postanowienia końcowe :

1. Zawody zostaną rozegrane zgodnie z regulaminem PZKFITS.
2. Obowiązuje Regulamin Wzorcowy PZKFITS w zakresie rozgrywania zawodów w trójboju siłowym i wyciskaniu leżąc.
3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za nie dostarczone zgłoszenie.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zaginione.
5. Prawo interpretacji regulaminu należy do organizatora

Wiceprezes PZKFITS ds.Trójboju Siłowego
Prof. nzw. dr hab. Marek Kruszewski

Organizator :
Prezes Klubu „START” Strzegom
Marek Rydwański