

UAKTUALNIONY NA 31.07.2010



REGULAMIN XIII OGÓLNOPOLSKICH IGRZYSK LZS 2010

I. CEL

- Upowszechnianie kultury fizycznej i sportu w środowisku wiejskim.
- Promocja systemu imprez masowych dostępnych dla wszystkich chętnych osób ze środowiska wiejskiego.
- Wyłonienie mistrzów Zrzeszenia na 2010 rok w poszczególnych dyscyplinach sportowych.
- Podsumowanie cyklu wojewódzkich imprez masowych.
- Uaktywnienie samorządów i innych jednostek działających w środowisku na rzecz wspierania kultury fizycznej i sportu.

II. ORGANIZATOR

- Ministerstwo Sportu i Turystyki
- Krajowe Zrzeszenie LZS
- Urząd Marszałkowski Województwa Świętokrzyskiego
- Urząd Miasta Kielce
- Świętokrzyskie Zrzeszenie LZS w Kielcach

III. TERMIN I MIEJSCE

26-28.08.2010 r. Kielce.

26.08.2010 r. - przyjazd ekip wojewódzkich do miejsc zakwaterowania do godziny 16.00; odprawy techniczne w godz. 17.00 – 18.00; uroczyste otwarcie godz.19.00 (stadion lekkoatletyczny ul. Boczna 15).

IV. ZASADY UCZESTNICTWA

1. W Igrzyskach prawo startu mają:

- członkowie LZS/LKS z obywatelstwem polskim
- pracownicy samorządowi i działacze wszystkich szczebli, członkowie Rad Wojewódzkich Zrzeszenia LZS oraz parlamentarzyści
- zawodnicy w LA w kategoriach: junior i junior młodszy
- w pozostałych dyscyplinach najstarszy rocznik juniora, młodzieżowiec i starsi.

2. W igrzyskach nie mają prawa startu zawodnicy poza konkursem (PK).

3. Nie zalicza się punktów zawodnikom startującym w reprezentacji Polski w czasie trwania igrzysk.

Każde województwo może zgłosić:

a/ w limicie – 90 osób w 2 blokach (w bloku rekreacyjno-turystycznym start minimum 25 osób) + 10 osób towarzyszących.

Udział w blokach: sportowym i rekreacyjno-turystycznym jest obowiązkowy.

Zawodnicy startujący w bloku sportowym nie mogą uczestniczyć w bloku rekreacyjno-turystycznym.

b/ poza limitem: gry sportowe

Piłka siatkowa - 14 osób w tym trener
Koszykówka - 14 osób w tym trener
Piłka ręczna - 16 osób w tym trener

c/ poza limitem - blok integracyjny

15 osób, w tym osoby towarzyszące.

Wymagana dokumentacja przy weryfikacji ogólnej:

- listy imienne w poszczególnych dyscyplinach sportu i bloku rekreacyjno-turystycznym,
- legitymacja LZS z opłaconymi składkami za 2010 rok,
- badania lekarskie.

Weryfikacja zawodników w poszczególnych dyscyplinach odbędzie się na konferencjach technicznych.

- Wymagana dokumentacja zgodne z wymaganiami Polskich Związków Sportowych: badania lekarskie i licencja,
- dowód tożsamości.

Uczestnicy czwórboju dla władz:

- powinni posiadać dokument stwierdzający pełnioną funkcję,
- dowód osobisty i badania lekarskie (zgodę lekarza na udział w zawodach).

Uczestnicy bloku integracyjnego

- powinni posiadać orzeczenie o rodzaju i stopniu niepełnosprawności (ew. ksero) i badania lekarskie.

V. BLOK SPORTOWY – dyscypliny

1. PROGRAM

- Lekka atletyka
- Tenis stołowy
- Zapasy kobiet
- Zapasy styl wolny
- Zapasy styl klasyczny
- Kolarstwo szosowe K i M
- Podnoszenie ciężarów K i M
- Łucznictwo
- Gry sportowe: Piłka siatkowa K i M, Koszykówka K i M, Piłka Ręczna K i M

- 2. PUNKTACJA w bloku sportowym:** indywidualna, gier zespołowych, klubowa i generalna województw.

A/Indywidualna

I m - 9pkt, II m - 7pkt, III m - 6pkt, IV m - 5pkt, V m - 4pkt, VI m- 3pkt, VII m- 2pkt, VIII m- 1pkt.

B/ Zespołowe gry sportowe

I m – 40 pkt III m – 30 pkt
II m – 35 pkt IV m – 25 pkt

- eliminacje II m w grupie - 20 pkt
 III m w grupie - 15 pkt
 IV m w grupie - 10 pkt

C/Klubowa

Na punktację będzie się składać suma punktów zdobytych:

- przez kluby w Mistrzostwach Zrzeszenia LZS w poszczególnych dyscyplinach sportowych: kolarstwie szosowym kobiet, kolarstwie szosowym juniorów, kolarstwie szosowym juniorów młodszych, kolarstwie MTB, podnoszeniu ciężarów K i M 18 lat, podnoszeniu ciężarów K i M 20 lat, w biegach przełajowych, w lekkiej atletyce we wszystkich kategoriach: junior młodszy, junior i młodzieżowiec, zapasach kobiet kadetek i junierek, zapasach styl wolny kadetów i juniorów, w zapasach styl klasyczny kadetów i juniorów, w tenisie stołowym, łucznictwie. Łączne lub rozdzielne liczenie punktacji kobiet i mężczyzn wynika z wykazu dyscyplin olimpijskich PKOL;
- przez kluby w Igrzyskach w poszczególnych dyscyplinach sportowych.

D/Generalna województw

Na punktację w bloku sportowym składać się będzie suma:

- punktów zdobytych przez kluby w Mistrzostwach Zrzeszenia LZS i w Igrzyskach w poszczególnych dyscyplinach sportowych

3. NAGRODY:

W punktacji indywidualnej za miejsca I – III medale.

W punktacji klubowej w poszczególnych dyscyplinach sportowych

za miejsca I – III puchary, w grach za miejsca I-IV puchary.

W punktacji generalnej województw za miejsca I-VIII puchary, pozostałe: wyróżnienia.

4. W całym bloku sportowym obowiązują przepisy Polskich Związków Sportowych.

Lekka atletyka

Zawody odbędą się w kategoriach wiekowych:

Juniorki (rocznik 1991-92)

Biegi: 100, 200, 400, 800, 1500, 2000prz., 100ppł, 400ppł, 4x100(open), 4x400(open), chód 5km (open)

Skoki: w dal, wzwyż, trójskok

Rzuty: dysk, kula, oszczep, młot (waga sprzętu zgodnie z przepisami PZLA)

Juniorki mł.(rocznik 1993-94)

Biegi: 100, 200, 400, 800, 1500, 2000prz., 100ppł, 400ppł

Skoki: w dal, wzwyż, trójskok

Rzuty: dysk, kula, oszczep, młot (waga sprzętu zgodnie z przepisami PZLA)

Juniorzy (rocznik 1991-92)

Biegi: 100, 200, 400, 800, 1500, 3000, 2000prz, 110ppł, 400ppł,
4x100(open), 4x400(open), chód 10km (open)

Skoki: w dal, wzwyż, trójskok

Rzuty: dysk, kula, oszczep, młot (waga sprzętu zgodnie z przepisami PZLA)

Juniorzy mł.(rocznik 1993-94)

Biegi: 100, 200, 400, 800, 1500, 3000, 2000prz., 110ppł, 400ppł

Skoki: w dal, wzwyż, trójskok

Rzuty: dysk, kula, oszczep, młot (waga sprzętu zgodnie z przepisami PZLA)

- W biegach na 100m zostaną rozegrane eliminacje i finały. W pozostałych biegach serie na czas.
- Zawodnik ma prawo startu w dwóch konkurencjach i sztafecie lub jednej konkurencji i dwóch sztafetach, z tym ograniczeniem, że nie może startować w ciągu jednego dnia w dwóch konkurencjach powyżej 400m.
- W konkurencjach technicznych do finału kwalifikuje się 8 najlepszych zawodników po trzech próbach eliminacyjnych.

Tenis stołowy

Zawody zostaną rozegrane w rocznikach kobiet i mężczyzn: najstarszy rocznik juniora/rki (1992) i starsi/sze.

Konkurencje

- gry pojedyncze
- gry podwójne - 1 para
- gry mieszane - 1 para

Sposób przeprowadzenia zawodów ustalony zostanie po otrzymaniu imiennych zgłoszeń.

Rozstawienie zawodników nastąpi na podstawie listy klasyfikacyjnej PZTS.

Zapasy kobiet

Zapasy styl wolny

Zapasy styl klasyczny

Turniej rozegrany zostanie w rocznikach: najstarszy rocznik juniora/rki (1990) i starsi/sze.

Kobiety w kategoriach wagowych: 48kg, 51kg, 55kg, 59kg, 63 kg, 67kg, 72kg.

Mężczyźni w kategoriach wagowych: 55kg, 60kg, 66kg, 74kg, 84kg, 96 kg, 120 kg,

Wszystkie grupy bez tolerancji wagowej.

Zawodnik może startować tylko w jednym stylu. Do zaliczenia punktów zawodnicy muszą odbyć jedną walkę.

Kolarstwo szosowe kobiet i mężczyzn

Zawody zostaną rozegrane w rocznikach: najstarszy rocznik juniora/rki (1992) i starsi/sze.

Program: wyścig ze startu wspólnego, jazda indywidualna na czas.

Podnoszenie ciężarów kobiet i mężczyzn

Zawody zostaną rozegrane w rocznikach: najstarszy rocznik juniora/rki (1990) i starsi/sze.

Kobiety w kategoriach wagowych: 48kg, 53kg, 58kg, 63kg, 69kg, 75kg, +75kg.

Mężczyźni w kategoriach wagowych: 56kg, 62kg, 69kg, 77kg, 85kg, 94kg, 105kg, +105kg.

Łuczniectwo

Zawody zostaną rozegrane w kategorii kobiet i mężczyzn: rocznik 1992 i starsi/sze w następujących konkurencjach:

- Kwalifikacje 1 x 70 m
- Pojedynki eliminacyjne i finałowe OR FITA (system setowy).

GRY ZESPOŁOWE – WYKAZ DRUŻYN

PIŁKA SIATKOWA KOBIET

1. LUKS „Orkan” Września, woj. wielkopolskie
2. MLKS „Tucholanka” Tuchola, woj. kujawsko-pomorskie
3. MKS Świdnica, woj. dolnośląskie
4. TKS Tomasovia Tomaszów Lubelski, woj. lubelskie

PIŁKA SIATKOWA MĘŻCZYŹN

1. Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych w Połczynie Zdroju, woj. zachodniopomorskie
2. „Tempo” Przysucha, woj. mazowieckie
3. LUMKS „Kasztelan” Rozprza, woj. łódzkie
4. LKS Bobowa, woj. małopolskie

PIŁKA RĘCZNA KOBIET

1. LUKS POL Czersk, woj. pomorskie
2. LUKS „ORLIK” Reszel, woj. warmińsko-mazurskie
3. MKS „Victoria” Świebodzice, woj. dolnośląskie
4. ULKS „Koliber” Zarzecze, woj. podkarpackie

PIŁKA RĘCZNA MĘŻCZYŹN

1. UKS Sokół Gdańsk, woj. pomorskie
2. UKS Skorpion Rudka, woj. podlaskie
3. ŚKPR Świdnica, woj. dolnośląskie
4. KS „Korab-OSiR” Staszów, woj. świętokrzyskie

KOSZYKÓWKA KOBIET

1. WULKS „Korona” Wschowa, woj. lubuskie
2. UKS „Trapez” Łysów, woj. mazowieckie
3. MKS OSA Zgorzelec, woj. dolnośląskie
4. MLKS Rzeszów, woj. podkarpackie

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN:

1. Klub Sportowy „Spójnia” Stargard Szczeciński, woj. zachodniopomorskie
2. LUKS „Warmia” Lidzbark Warmiński, woj. warmińsko-mazurskie
3. MKS „Smyk” Prudnik, woj. opolskie
4. LKS „Włodawianka” Włodawa, woj. lubelskie

VI. BLOK REKREACYJNO-TURYSTYCZNY

1. Startują kobiety i mężczyźni w roczniku: 1992 i starsze/si.
2. Blok powinien być poprzedzony eliminacjami wojewódzkimi z których należy nadesłać komunikat wraz ze zgłoszeniem.
3. Uczestnicy bloku mogą startować we wszystkich konkurencjach.
4. **Losowania odbędą się na odprawie z weryfikatorami wojewódzkimi.**
5. W każdej grze zespołowej województwo może wystawić tylko 1 zespół.
6. Punktacja:
A/Wyciskanie sztangelki, rowerowy tor przeszkód, konkurs wiedzy o województwie:
I m - 9pkt, II m - 7pkt, III m - 6pkt, IV m - 5pkt, V m - 4pkt, VI m - 3pkt, VII m - 2pkt, VIII m - 1pkt.
B/ We wszystkich konkurencjach zespołowych za miejsca:
1 – 25 pkt, 2 – 20 pkt, 3 – 15 pkt, 4 – 10 pkt dla pozostałych od 5 miejsca po 5 punktów.
7. Nagrody
 - We wszystkich konkurencjach za miejsca I-III zawodniczki/cy otrzymują medale.
 - W punktacji generalnej bloku rekreacyjno-turystycznego województwa – za miejsca I-VIII otrzymują puchary, pozostałe: wyróżnienia.

PROGRAM

- Piłka nożna 5 osobowa kobiet i mężczyzn + 2 zawodników rezerwowych. Rozgrywki prowadzone są na boisku o wymiarach 25m x 42m bramki 2m x 5m Obowiązującym obuwiem są lanki, korkotrapki lub tenisówki, trampki, adidas.
- Piłka siatkowa drużyn 3 osobowych kobiet i mężczyzn + 1 zawodnik rezerwowy. Rozgrywki są prowadzone na boisku trawiastym o wymiarach 14m x 7m dla kobiet i 18m x 9m dla mężczyzn.
- Piłka siatkowa plażowa kobiet i mężczyzn, grają zespoły po 2 zawodników na piaszczystym boisku 16 m x 8 m.
- Koszykówka drużyn 3 osobowych kobiet i mężczyzn + 1 zawodnik rezerwowy. Turniej prowadzony będzie na jeden kosz.
- Przeciąganie liny kobiet i mężczyzn - startują drużyny 5 osobowe w obuwiu typu tenisówki, trampki, adidas.

Sposób i system rozegrania konkurencji zostanie ustalony po weryfikacji.

- Wyciskanie sztangielki – 17,5 kg. Mogą startować 2 osoby (open) z województwa.
Zawodnik wyciska sztangielkę, lewą lub prawą ręką w pozycji stojąc na wyprostowane ramię bez uginania nóg w kolanach i odrywania stóp od podłoża. W przypadku niepełnego wyprostowania lub nieprawidłowego wykonania sędzia przerywa start. Decyzja sędziego jest ostateczna. O kolejności miejsc decyduje suma wyciśnień.
- Sztafeta sprawnościowa - startuje zespół 4 osobowy /2 mężczyzn + 2 kobiety/

Dystans sztafety 50 m z półmetkiem

Opis konkurencji

1. start z przewrotu tyłem na materacu
2. 1 m przewrót w przód na materacu
3. 5 m dobieg do worka
4. bieg w worku dystans 10 m
5. bieg tyłem do półmetka dystans 5 m
6. bieg przodem dystans 5 m
7. przejście pod płotkiem / h =1 metr/
8. bieg przodem dystans 5 m
9. przeskok nad płotkiem / h-0,80 m /
10. dobieg do mety

- na linii mety/startu klepięcie w ramię partnera i start kolejnego zawodnika.

- kolejność startu kobieta – mężczyzna – kobieta – mężczyzna.

- sposób przeprowadzenia konkurencji – serie na czas.

O kolejności decyduje czas uzyskany przez drużynę.

- Czwórboj dla władz (rzut lotką, strzał na bramkę, strzelanie z wiatrówki, hulajnoga).

Startują 3 osoby:

1 pracownik samorządowy (gminy, powiatu, województwa, parlamentarzysta)

1 członek Rady Wojewódzkiej Z LZS

1 działacz samorządowy (gminy, powiatu, województwa).

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

W każdej konkurencji zawodnik może zdobyć maksymalnie 50 pkt. O kolejności w klasyfikacji województw decyduje suma punktów 3 zawodników startujących w czwórboju.

Rzut lotką z odległości 2,5 m do tarczy punktowej /1-10/ - 3 rzuty próbne 5 ocenianych (wynik zawodnika to suma zdobytych punktów z 5 rzutów zgodnie z trafieniami).

Strzał piłką nożną na bramkę 1 m x 1 m z odległości 11 m - 3 strzały próbne 5 ocenianych /10pkt za każdy strzał celny/.

Strzelanie z wiatrówki

- odległość do tarczy 10 m
- tarcza punktowa od 0 - 10
- pozycja strzelecka stojąc
- 3 strzały próbne
- 5 strzałów na punkty

(wynik zawodnika to suma zdobytych punktów z 5 strzałów zgodnie z trafieniami).

Hulajnoga -tor sprawnościowy
Tor długości 50 m z półmetkiem

Opis konkurencji

1. start
2. 5 m stolik z ringo – 3 m od stolika obręcz hula hop / na ziemi/
rzut ringo do obręczy hula hop – celny 10 pkt.
3. 10 m stolik z ringo – 3 m od stolika obręcz hula hop /na ziemi/
rzut ringo do obręczy hula hop – celny 10 pkt.
4. 15 m stolik z ringo – 3 m od stolika obręcz hula hop /na ziemi/
rzut ringo do obręczy hula hop – celny 10 pkt.
5. 20 m stolik z ringo – 3 m od stolika obręcz hula hop /na ziemi/
rzut ringo do obręczy hula hop – celny 10 pkt.
6. 25 m objazd półmetka powrót hulajnogą do linii startu przekazanie
jej partnerowi – start partnera.
7. 35 m stolik z ringo – 3 m od stolika obręcz hula hop /na ziemi/
rzut ringo do obręczy hula hop – celny 10 pkt.

Wyżej wymieniony dystans przejeżdżają wszyscy zawodnicy.

Czas wykonania zadania 45 sekund dla zawodnika.

Za przekroczenie czasu o 10 sek. minus 10 pkt., za 15 sek. 20 pkt., za 20 sek. 30 pkt.

Wynik zespołu to suma zdobytych punktów przez poszczególnych zawodników drużyny (po uprzednim odjęciu punktów karnych).

Turystyka

- Rowerowy tor przeszkód – startuje 1 osoba.
Konkurencja polega na przejechaniu na rowerze dystansu około 100 m. z przeszkodami: slalom między tyczkami, przejazd pod poprzeczkami, „ósemka”, przejazd po „kładce”, rzut klockiem do celu w trakcie jazdy.
O kolejności decyduje czas przejazdu powiększony o ewentualne punkty karne za nieprawidłowe pokonanie przeszkód.
Organizatorzy zapewniają rower do przeprowadzenia prób.
- Konkurs wiedzy o województwie świętokrzyskim - startuje 1 osoba.
Konkurencja składa się z 20 pytań.
O kolejności decyduje największa ilość zdobytych punktów.

VII. BLOK INTEGRACYJNY – BLOK DODATKOWY

- Lekka atletyka: 60m, skok w dal, rzut piłką lekarską
- Tenis stołowy: gry indywidualne i podwójne w kategorii kobiet i mężczyzn
- Konkurencje rekreacyjne
 - a/ rzut ringo na palik – odległość 2 m
 - b/ rzut lotką – odległość 3 m
 - c/ rzut piłką do kosza – 5 rzutów
 - d/ tor przeszkód

Najlepsi w kategorii kobiet i mężczyzn w poszczególnych konkurencjach zostają nagrodzeni medalami. Wszyscy uczestnicy otrzymują upominki.

VIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Zgłoszenia

Wojewódzkie Zrzeszenia LZS mają obowiązek dokonania zgłoszeń imiennych do dnia 15.08.2010 r. na adres igrzyska@wzlzskielce.pl z odpisem do KZ LZS: iwona.kania@lzs.pl Druki zgłoszeniowe są do pobrania na stronie internetowej igrzysk: www.igrzyska.wzlzskielce.pl w zakładce aktualności.

2. Zasady finansowania

Koszty organizacyjne, wyżywienia i zakwaterowania uczestników pokrywa Krajowe Zrzeszenie LZS, koszty przejazdu i wpisowego pokrywają województwa. Osoby towarzyszące poza limitem płacą pełne koszty pobytu.

3. Inne

- Igrzyska przeprowadzone zostaną w oparciu o regulaminy szczegółowych dyscyplin i niniejsze założenia.
- Stwierdzone i udokumentowane naruszenia regulaminu spowodują sankcje dla województw w następnej edycji Igrzysk.
- Wszystkich uczestników obowiązuje ubiór sportowy.
- Protesty będą rozpatrywane przez Komisję Odwoławczą powołaną na czas zawodów po opłaceniu kaucji w wysokości 350 zł, która przechodzi na rzecz organizatora w przypadku nie uznania protestu.
- W sprawach spornych nie ujętych w regulaminie rozstrzyga organizator.

KRAJOWE ZRZESZENIE LUDOWE ZESPOŁY SPORTOWE

Warszawa, 31.07.2010 r.