

OGÓLNOPOLSKI SPRAWDZIAN WYTRZYMAŁOŚCI

I WSZECHSTRONNOŚCI 11 i 12 lat

1. Cel sprawdzianu:

- ocena wytrzymałości i wszechstronności wg wymogów PZP;
- mobilizacja szkół i klubów do aktywnego szkolenia.

2. Termin i miejsce sprawdzianu:

- **15.11.2018 rocznik 2007**, pływalnia SP190; Łódź, ul. Malczewskiego 37/47
- **16.11.2018 rocznik 2006**, pływalnia SP190; Łódź, ul. Malczewskiego 37/47
- Rozgrzewka – 8:00 – 8:30;
- Rozpoczęcie sprawdzianu – 8:35.

3. Organizator:

ŁOZP wraz z gospodarzem obiektu, który zabezpiecza osobę na stanowisko informatora.

4. Zgłoszenia i wykreślenia:

- Zgłoszenia do **13.11.2018**, do g. 21:00 w odpowiedzi na zaproszenie w pliku .lxf. W tytule maila proszę podać *sprawdzian-Łódź*, adres e-mail: zawody@wmozp.pl (Sławomir Grabiec);
- Wykreślenia: przed sprawdzianem, bez zwrotu opłaty startowej.

5. Uczestnictwo:

- Zawodnicy urodzeni w latach 2006 i 2007;
- Zawodnik musi mieć status AKTYWNY w SEL;

6. Opłaty:

- Opłata startowa od zgłoszonego zawodnika 30 zł, (w przypadku posiadania zaległości w płatnościach na rzecz ŁOZP przez kluby, zawodnicy tych klubów nie zostaną dopuszczeni do startów).

7. Program sprawdzianu:

15.11.2018

Dziewczęta (11 lat)		Chłopcy (11 lat)	
1	200 m st. zmiennym	2	200 m st. zmiennym
3	400 m st. dowolnym	4	400 m st. dowolnym

16.11.2018

Dziewczęta (12 lat)		Chłopcy (12 lat)	
1	200 m st. zmiennym	2	200 m st. zmiennym
5	800 m st. dowolnym	6	800 m st. dowolnym

UWAGA! Dopuszcza się rozgrywanie zawodów oddzielnie dla każdej kategorii wiekowej. Należy zachować numerację konkurencji zgodną z programem zawodów.

8. Przepisy techniczne:

- basen: 25m, 5 torów, pomiar czasu elektroniczny;
- według zasad generalnych PZP;
- sprawdzian zostanie przeprowadzony seriami na czas;
- dopuszcza się przeprowadzenie zawodów w formie sprawdzianu klubowego (wyniki zawodników nie trafiają do rankingu europejskiego);
- wyniki sprawdzianu weryfikuje OZP i przesyła do Komisji Pływania PZP w terminie 7 dni od zakończenia sprawdzianu;
- uczestnictwo w sprawdzianie jest warunkiem dopuszczenia do startu w Drużynowych Mistrzostwach Młodzików 12-13 lat w następnym roku kalendarzowym.

9. Nagrody:

- puchary za najwyższą sumę punktów wielobojoych za 2 starty: osobno dla K i M w swoich kategoriach wiekowych 11 i 12 lat. W przypadku równej ilości punktów decyduje wynik z większą ilością punktów za pojedynczy start,
- medale za miejsca 1-3 K i M w konkurencjach indywidualnych w kategoriach wiekowych 11 i 12 lat;
- dyplomy za miejsca 1-6 K i M w konkurencjach indywidualnych w kategoriach wiekowych 11 i 12 lat.