

# **OGÓLNOPOLSKI SPRAWDZIAN WYTRZYMAŁOŚCI I WSZECHSTRONNOŚCI 11 i 12 lat**

## **1. Termin i miejsce zawodów.**

05 - 06.11.2015 r.

UKS SP-149 w Łodzi ul. Tatrzańska 69 A

rozgrzewka 09.00; zawody 09.30;

## **2. Organizator.**

- ŁOZP wraz z gospodarzem obiektu;

## **3. Uczestnictwo.**

- według zasad generalnych;
- zawodnicy 11 i 12 lat zgłoszeni przez klub, posiadający aktualną licencje;
- opłata startowa 7 zł;

## **Zgłoszenia.**

- na jeden dzień przed zawodami na zaproszenie lxf;

## **4. Program zawodów.**

<b>Dziewczęta/Chłopcy</b>		<b>Dziewczęta/Chłopcy</b>	
	<b>11 lat</b>		<b>12 lat</b>
1	200 m st. Zmiennym	2	200 m st. zmiennym
3	400 m st. Dowolnym	4	800 m st. dowolnym

## **5. Przepisy techniczne.**

- zawody przeprowadzane są na pływalni 25-metrowej.
- zawody przeprowadzane są 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 zawodów.
- uczestnictwo w sprawdzianie jest warunkiem dopuszczenia do startu w Drużynowych Mistrzostwach Młodzików 12-13 lat w następnym roku kalendarzowym.
- program zawodów musi być identyczny jak wyżej opublikowany – nie można zmieniać kolejności konkurencji.

## **6. Nagrody**

- puchary za pierwsze miejsca K i M w kategoriach wiekowych 11 i 12 lat
- medale za miejsca 1-3 w konkurencjach indywidualnych
- dyplomy za miejsca 1 - 6 w konkurencjach indywidualnych