



**OGÓLNOPOLSKI SPRAWDZIAN  
WYTRZYMAŁOŚCI I WSZECHSTRONNOŚCI  
oraz  
Zimowe Mistrzostwa  
Okręgu Świętokrzyskiego  
w pływaniu**

*Ostrowiec Św. 14,15 listopada 2015*

**1. TERMIN ZAWODÓW: 14,15 listopada 2015r.**

**2. MIEJSCE ZAWODÓW:** Pływalnia „RAWSZCZYŻNA”, ul. Mickiewicza 32, Ostrowiec Św.

**3. INFORMACJE TECHNICZNE:**

- Pływalnia 25m: 8 torów, temperatura wody: 27°C
- Pomiar czasu: automatyczny,
- Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami FINA i PZP.

**4. ORGANIZATORZY:**

- Świętokrzyski Okręgowy Związek Pływacki,
- Klub Sportowy „KSZO” w Ostrowcu Św.,
- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ostrowcu Św.

**5. KIEROWNICTWO ZAWODÓW:**

- Sędzia Główny: Mariola Kurant
- Naczelnik zawodów: Grzegorz Bażant.

**6. ZASADY FINANSOWANIA:**

- Koszty organizacyjne pokrywają organizatorzy,
- Koszty uczestnictwa pokrywają kluby,
- Opłata startowa w Mistrzostwach Okręgu wynosi 10zł za każdy start zgłoszonego zawodnika i zespołu sztafetowego.
- Opłata startowa w Sprawdzianie Wytrzymałości wynosi 30 zł od zgłoszonego zawodnika.
- Ewentualne skreślenia, bez ponoszenia opłaty startowej, możliwe do czwartku **12.11.2015r** godz. **20<sup>00</sup>**.

**7. ZASADY UCZESTNICTWA:**

**7.1 SPRAWDZIAN WYTRZYMAŁOŚCI:**

- W zawodach mogą uczestniczyć zawodnicy 11 i 12-letni, zgłoszeni przez kluby zrzeszone w Świętokrzyskim Okręgowym Związku Pływackim, posiadający numery kodowe nadane przez ŚOZP.
- Każdy zawodnik ma prawo startu w dwóch konkurencjach indywidualnych.
- Dopuszcza się start zawodników klubów spoza Okręgu Świętokrzyskiego.
- Wszyscy zgłoszeni zawodnicy muszą być zarejestrowani w PZP i posiadać aktualne licencje PZP.
- Wszyscy zgłoszeni zawodnicy zobowiązani są do posiadania aktualnych badań lekarskich, za ich posiadanie odpowiedzialni są trenerzy lub opiekunowie ekip.
- Posiadanie badań będzie weryfikowane w trakcie rywalizacji, a ich brak spowoduje wyeliminowanie zawodnika z zawodów.

**7.2 MISTRZOSTWA OKRĘGU:**

- **Zawody rozegrane zostaną w kategorii open i młodzik 12-13 lat.**
- W zawodach mogą uczestniczyć zawodnicy 12-letni i starsi zgłoszeni przez klub.
- Dopuszcza się start zawodników 11-letnich posiadających klasę sportową 12-latka na dowolnym dystansie,
- Dopuszcza się start zawodników 10-letnich posiadających klasę sportową 12-latka na dowolnym dystansie jedynie w konkurencjach objętych programem Drużynowego Wieloboju Pływackiego Dzieci.
- Zawodnicy 10,11-letni klasyfikowani są w kategorii Open.
- Zawodnicy 16-letni i młodsi mogą startować w dwóch konkurencjach oraz w sztafecie w każdym bloku, zawodnicy 17-letni i starsi mogą startować w dowolnej ilości konkurencji,
- Do konkurencji indywidualnych każdy klub może zgłosić dowolną liczbę zawodników, a do konkurencji sztafetowych dowolną ilość sztafet. Klasyfikacja sztafet tylko w kat. Open.
- Dopuszcza się start zawodników z klubów spoza Okręgu Świętokrzyskiego na zasadach PK.
- Wszyscy zgłoszeni zawodnicy z Okręgu Świętokrzyskiego zobowiązani są do posiadania sztywnych kart i aktualnych badań lekarskich, zawodnicy spoza Okręgu licencji PZP i

aktualnych badań lekarskich. Odpowiedzialnymi za posiadanie w/w są trenerzy lub opiekunowie ekip.

## 8. ZGŁOSZENIA DO ZAWODÓW

- Zaproszenie do pobrania ze strony: [www.sozp.org](http://www.sozp.org) .
- Zgłoszenie musi zawierać: imię i nazwisko zawodnika, pełną datę urodzenia (DD/MM/RRRR), nazwę klubu, numer kodowy (w przypadku zawodników ze Świętokrzyskiego OZP), konkurencję wraz z najlepszym wynikiem życiowym zawodnika na danym dystansie na 25 metrowej pływalni.
- Zgłoszenia prosimy kierować na adres: [l.pustula@vp.pl](mailto:l.pustula@vp.pl),
- Termin zgłoszeń: **10.11.2015r.**

9. **WYNIKI:** publikowane będą na stronach: [www.sozp.org](http://www.sozp.org) i [www.megatiming.pl](http://www.megatiming.pl)

## 10. PROGRAM ZAWODÓW

### 10.1 SPRAWDZIAN WYTRZYMAŁOŚCI:

**Sobota 14 listopada 2015r**

Rozgrzewka - godz. 8 <sup>00</sup>		Zawody - godz. 9 <sup>00</sup>	
1.	200m st. zmiennym dziewcząt	-	kat. 11 lat
2.	200m st. zmiennym, chłopców	-	kat. 11 lat
3.	200m st. zmiennym dziewcząt	-	kat. 12 lat
4.	200m st. zmiennym chłopców	-	kat. 12 lat
5.	400m st. dowolnym dziewcząt	-	kat. 11 lat
6.	400m st. dowolnym chłopców	-	kat. 11 lat
7.	800m st. dowolnym dziewcząt	-	kat. 12 lat
8.	800m st. dowolnym chłopców	-	kat. 12 lat

### 10.2 MISTRZOSTWA OKRĘGU:

**Odprawa techniczna – 14 listopada godz. 13<sup>30</sup>**

<b>I dzień I blok – 14.11.2015r.</b>			
Rozgrzewka – godz. 13 <sup>00</sup> , zawody – godz. 14 <sup>00</sup>			
<i>Dziewczęta</i>		<i>Chłopcy</i>	
		1	800 m st. dowolnym (zawodnicy 13-lat i starsi)
2	50 m st. dowolnym	3	50 m st. dowolnym
4	50 m st. klasycznym	5	50 m st. klasycznym
6	100 m st. motylkowym	7	100 m st. motylkowym
8	200 m st. dowolnym	9	200 m st. dowolnym
10	200 m st. grzbietowym	11	200 m st. grzbietowym
12	400 m st. zmiennym	13	400 m st. zmiennym
14	4x100 m st. dowolnym	15	4x100 m st. dowolnym
<b>II dzień II blok - 15.11.2015r.</b>			
Rozgrzewka – godz. 8 <sup>00</sup> , zawody – godz. 9 <sup>00</sup>			
<i>Dziewczęta</i>		<i>Chłopcy</i>	
16	50 m st. motylkowym	17	50 m st. motylkowym
18	50 m st. grzbietowym	19	50 m st. grzbietowym
20	400 m st. dowolnym	21	400 m st. dowolnym
22	200 m st. klasycznym	23	200 m st. klasycznym
24	200 m st. zmiennym	25	200 m st. zmiennym
26	4x100 m st. zmiennym	27	4x100 m st. zmiennym
<b>II dzień III blok – 15.11.2015r.</b>			
Rozgrzewka – godz. 13 <sup>00</sup> , zawody – godz. 14 <sup>00</sup>			
<i>Dziewczęta</i>		<i>Chłopcy</i>	
28	200 m st. motylkowym	27	200 m st. motylkowym
30	100 m st. dowolnym	29	100 m st. dowolnym
32	100 m st. grzbietowym	32	100 m st. grzbietowym
34	100 m st. klasycznym	34	100 m st. klasycznym
36	100m st. zmiennym	36	100m st. zmiennym
38	800 m st. dowolnym (zawodnicy 13-lat i starsi)	39	1500 m st. dowolnym (zawodnicy 13-lat i starsi)
40	4x50 m st. dowolnym mix		

**UWAGA:** Organizator zastrzega sobie możliwość zmiany godziny rozpoczęcia poszczególnych bloków w zależności od ilości zgłoszonych zawodników.

**11. PRZEPISY TECHNICZNE:**

- Zawody zostaną rozegrane seriami na czas od serii najsłabszej do najlepszej.

**12. NAGRODY**

**12.1 SPRAWDZIAN WYTRZYMAŁOŚCI:**

- Dyplomy dla trzech najlepszych zawodników i zawodniczek w w/w konkurencjach w kategoriach wiekowych 11 lat, 12 lat i Open – dekoracje odbywać się będą z poślizgiem jednej konkurencji.

**12.2 MISTRZOSTWA OKRĘGU:**

- W każdej konkurencji przyznaje się odrębnie medale za kategorię „open” i kategorię młodzika 12-13 lat oraz dyplomy za miejsca I - III.
- Młodzicy zostaną sklasyfikowani dwukrotnie – w kat. młodzika i w kat. open.
- Puchary dla trzech najlepszych klubów wg punktacji klubowej w kategorii open.
- Nagrody dla 10 najlepszych zawodniczek i zawodników w kat. Open i w kat. Młodzik - za sumę punktów z trzech najlepszych startów według tabel FINA,
- Klasyfikacja sztafet – tylko w kat. open.

**13. PUNKTACJA KLUBOWA MISTRZOSTW OKRĘGU:**

- Konkurencje indywidualne: 1 miejsce-7pkt., 2 m.-5pkt., 3 m.-4pkt., 4 m.-3pkt, 5 m.-2pkt, 6 m.-1pkt,
- Konkurencje sztafetowe: 1 miejsce-14pkt., 2 m.-10pkt., 3 m.-8pkt., 4 m.-6pkt, 5 m.-4pkt, 6 m.-2pkt.

**14. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

- W sprawach nieobjętych komunikatem decyduje Naczelnik Zawodów i Sędzia Główny,
- Zgłoszenie do zawodów jest równoznaczne z akceptacją postanowień niniejszego komunikatu.