

MISTRZOSTWA POLSKI JUNIORÓW 16 LETNICH W PŁYWANIU

GLIWICE 08-10.03.2013 r.

pod patronatem Prezydenta Miasta Gliwice

Zygmunta Frankiewicza



Termin i miejsce zawodów: 08-10.03.2013 r., kryta pływalnia „Olimpijczyk” - 25 m
44-100 Gliwice, ul. Oriona 120.

Organizator: Polski Związek Pływacki, Śląski Okręgowy Związek Pływacki,
Samorząd Miasta Gliwice, Miejski Zarząd Usług Komunalnych Gliwice,
Gliwicki Klub Pływacki „SiKReT”.

Adres organizatora:
Śląski Okręgowy Związek Pływacki
ul. Gwarków 2
41-400 Mysłówice

4. Zasady uczestnictwa:

- 4.1 Wg zasad generalnych.
- 4.2 W zawodach mogą uczestniczyć zawodnicy 16-letni:
- ✓ - zgłoszeni przez klub/szkołę lub PZP,
 - ✓ - posiadający licencje zawodnicza,
 - ✓ - posiadający aktualne badania lekarskie.
- 4.3 Podczas zawodów obowiązują przepisy FINA i PZP.
- 4.4 W zawodach mogą uczestniczyć w poszczególnych konkurencjach jedynie zawodnicy zgłoszeni w terminie. Nie dopuszcza się dodatkowych zgłoszeń na konferencji technicznej.
- 4.5 Sędzia główny może, w porozumieniu z Delegatem PZP, wykluczyć z zawodów zawodnika za niesportowe zachowanie, w tym celowe przedłużanie ukończenia wyścigu.
- 4.6 W przypadku stwierdzenia zgłoszenia nie zgodnego z regulaminem zawodnik może być dopuszczony pod warunkiem uiszczenia opłaty porządkowej w wysokości 200zł. Opłatę należy uiścić na odprawie technicznej na rzecz głównego organizatora.

5. Warunki techniczne:

- 5.1. Długość pływalni 25 m, głębokość 2,0 m, 8 torów, temperatura wody 27°C.
- 5.2. Pomiar czasu – elektroniczny.

6. Program zawodów:

I dzień zawodów – Piątek 08.03.2013 r.

BLOK PORANNY

rozgrzewka godz. 8:00

eliminacje godz. 9:00

<i>Kobiety</i>		<i>Mężczyźni</i>	
6.1.	<i>50m st. dowolnym</i>	6.2.	<i>50m st. dowolnym</i>
6.3.	<i>50m st. klasycznym</i>	6.4.	<i>50m st. klasycznym</i>
6.5.	<i>100m st. motylkowym</i>	6.6.	<i>100m st. motylkowym</i>
6.7.	<i>200m st. dowolnym</i>	6.8.	<i>200m st. dowolnym</i>
6.9.	<i>200m st. grzbietowym</i>	6.10.	<i>200m st. grzbietowym</i>
6.11.	<i>400m st. zmiennym</i>	6.12.	<i>400m st. zmiennym</i>

BLOK POPOŁUDNIOWY

Uroczyste otwarcie zawodów 16:45

rozgrzewka godz. 15:45

finale godz. 17:00

<i>Kobiety</i>		<i>Mężczyźni</i>	
<i>Finale A i B przedpołudniowych startów</i>			
6.13.	<i>4x200 m st. dowolnym</i>	6.14.	<i>4x200 m st. dowolnym</i>

II dzień zawodów – Sobota 09.03.2013 r.

BLOK PORANNY

rozgrzewka godz. 8:00

eliminacje godz. 9:00

<i>Kobiety</i>		<i>Mężczyźni</i>	
6.15.	<i>50m st. motylkowym</i>	6.16.	<i>50m st. motylkowym</i>
6.17.	<i>50m st. grzbietowym</i>	6.18.	<i>50m st. grzbietowym</i>
6.19.	<i>400m st. dowolnym</i>	6.20.	<i>400m st. dowolnym</i>
6.21.	<i>200m st. klasycznym</i>	6.22.	<i>200m st. klasycznym</i>
6.23.	<i>200m st. zmiennym</i>	6.24.	<i>200m st. zmiennym</i>

BLOK POPOŁUDNIOWY

rozgrzewka godz. 15:45

finały godz. 17:00

16.45 Dekoracje sztafet 4x 200m st. dowolnym kobiet i mężczyzn

<i>Kobiety</i>		<i>Mężczyźni</i>	
<i>finały A i B przedpołudniowych startów</i>			
6.25.	<i>4x100 m st. dowolnym</i>	6.26.	<i>4x100 m st. dowolnym</i>

III dzień zawodów – Niedziela 10.03.2013 r.

BLOK PORANNY

rozgrzewka godz. 8:00

eliminacje godz. 9:00

<i>Kobiety</i>		<i>Mężczyźni</i>	
6.27.	<i>200m st. motylkowym</i>	6.28.	<i>200m st. motylkowym</i>
6.29.	<i>100m st. dowolnym</i>	6.30.	<i>100m st. dowolnym</i>
6.31.	<i>100m st. grzbietowym</i>	6.32.	<i>100m st. grzbietowym</i>
6.33.	<i>100m st. klasycznym</i>	6.34.	<i>100m st. Klasycznym</i>
6.35.	<i>100m st.zmiennym</i>	6.36.	<i>100m st.zmiennym</i>
6.37.	<i>800m st. dowolnym</i>	6.38.	<i>1500m st. dowolnym</i>

BLOK POPOŁUDNIOWY

rozgrzewka godz. 14:45

finały godz. 16:00

15.45 Dekoracje sztafet 4x100m st. dowolnym kobiet i mężczyzn

<i>Kobiety</i>		<i>Mężczyźni</i>	
<i>finały A i B przedpołudniowych startów</i>			
6.39.	<i>4x100 m st. zmiennym</i>	6.40.	<i>4x100 m st. zmiennym</i>

7. Przepisy techniczne:

- 7.1 Zawody przeprowadzane są systemem eliminacji i finałów. Konkurencje 800m i 1500m stylem dowolnym oraz sztafety rozgrywane są seriami na czas. Najsilniejsze serie tych konkurencji oraz wszystkie sztafety rozgrywane będą w bloku finałowym. Rozstawienia serii wszystkich konkurencji dokona organizator na podstawie wyników uzyskanych na tej samej długości pływalni, nie wcześniej niż w roku kalendarzowym poprzedzającym imprezę.
- 7.2 We wszystkich konkurencjach przeprowadzanych systemem eliminacji i finałów rozgrywane są finały "A" i finały "B".
- 7.3 Jeżeli w eliminacjach danej konkurencji startuje mniej niż 16 zawodników - finału "B" nie rozgrywa się. Zawodnicy z czasami 9 i 10 stanowią rezerwę dla finału "A". Zawodnicy z czasami 17 i 18 stanowią rezerwę dla finału "B". Wycofanie z finału A lub B może być dokonane najpóźniej do 30 min. po

zakończeniu danej konkurencji – wycofanie zawodnika po tym czasie powoduje nałożenie opłaty regulaminowej w wysokości 50 złotych.

7.4. Zawodnik ma prawo startu w 5 konkurencjach indywidualnych, lecz nie więcej niż 2 konkurencje indywidualne i sztafeta dziennie.

8. Zgłoszenia do zawodów:

- 8.1 Zgłoszenie w formie elektronicznej *.lxf (Lenex) prosimy przesłać na adres wisniowicz@interia.pl - Wojciech Wiśniowicz do dnia **28.02.2013 r.** Obowiązują czasy z rankingu europejskiego.
- 8.2 Każde zgłoszenie będzie potwierdzone e-mailem zwrotnym w razie braku potwierdzenia proszę o kontakt telefoniczny na Tel. 500193225
- 8.3 Zgłoszenie musi zawierać: imię i nazwisko zawodnika, numer licencji, pełna datę urodzenia (dd/mm/rrrr), nazwę klubu, dystans i konkurencje, najlepszy wynik z ostatnich 12 miesięcy.
- 8.4 Po opublikowaniu w Internecie listy zgłoszonych zawodników zmiany mogą być dokonane wyłącznie na odprawie technicznej i dotyczyć:
 - ✓ wycofania zawodnika z konkurencji,
 - ✓ wpisania na miejsce wycofanego zawodnika w tej samej konkurencji innego zawodnika tego samego klubu.
- 8.5 Wyniki będą publikowane na bieżąco w Internecie na stronie www.omegatiming.pl
- 8.6 Wycofanie zawodnika ze startu bez pobrania opłaty startowej możliwe jest do 24 godzin przed przeprowadzeniem konferencji technicznej, po udokumentowaniu tego faktu na e-mail wisniowicz@interia.pl

Zgłoszenie musi zawierać potwierdzenie posiadania przez wszystkich zawodników aktualnych badań lekarskich.

9. Organizator zapewnia noclegi i wyżywienie od obiadu w dniu 07.03.2013 r. do kolacji w dniu 10.03.2013 r.

Zamówienia wyłącznie poprzez Śląski Okręgowy Związek Pływacki

9.1 Zamówienie na zakwaterowanie i wyżywienie należy przesłać do dnia **15.02.2013 r.** z możliwością korekty do dnia **01.03.2013r.** na załączonych drukach /wersja elektroniczna / na adres: Marek Jabczyk marekjabczyk@poczta.onet.pl telefon 501 341 979. Po tym terminie opłaty będą pobierane zgodnie z zamówieniem. Opłata za zakwaterowanie i wyżywienie w dniu przyjazdu w biurze zawodów - wyłącznie gotówką. Decyduje kolejność zgłoszeń, ilość miejsc ograniczona.

9.2 Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc hotelowych o zakwaterowaniu decyduje kolejność zgłoszeń.

➤ ***Obiekt hotelarski Łabędy ul. Karola Marksa 11, 44 – 109 Gliwice***
cena osobodnia 130,00 zł

➤ ***Qubus Hotel ul. Dworcowa 27, 44 -100 Gliwice***
cena osobodnia 150,00 zł

➤ ***Hotel Piast ul. Chodkiewicza 33, 44-100 Gliwice***
cena osobodnia 140,00 zł

- ✓ zamówienie na zakwaterowanie i wyżywienie musi być podpisane przez Prezesa Klubu i Głównego Księgowego i złożone w dniu przyjazdu w biurze zawodów
- ✓ w zamówieniu prosimy zaznaczyć czy ekipa przyjeżdża na zawody własnym środkiem transportu.

**Biuro zawodów czynne dnia
07.03.2013 r. w godz. 12:00 - 20:00 na pływalni „Olimpijczyk”**

10. Nagrody:

10.1 Według zasad generalnych.

11. Zasady finansowania:

- koszty organizacji pokrywa organizator,
- koszty uczestnictwa ponoszą kluby,
- opłata startowa - 10 zł osobo start,
- opłata za listę startową - 10 zł.,
- opłata za komunikat - 30 zł.

12. Odprawa techniczna:

- odprawa techniczna odbędzie się w dniu 07.03.2013 r. o godzinie 20.00 w sali konferencyjnej basenu Olimpijczyk, ul. Oriona 120, Gliwice (wcześniejsze biuro zawodów)
- kierownicy ekipy lub trenerzy zobowiązani są do posiadania licencji zawodników oraz książeczek z aktualnymi badaniami lekarskimi zawodnika i okazania ich w razie potrzeby.

13. Biuro zawodów:

Biuro zawodów mieścić się będzie na pływalni „Olimpijczyk” i będzie czynne przez okres trwania zawodów.

14. Publikacja wyników:

Wyniki zawodów będą publikowane na bieżąco, po zakończeniu każdej konkurencji na stronie internetowej - www.omegatiming.pl

15. Postanowienia końcowe:

- 15.1 Pływalnia do treningu zostanie udostępniona dzień przed zawodami (07.03.2013 r.) w godz. 16.00 - 20.00.
- 15.2 Uroczyste otwarcie mistrzostw nastąpi 08.03.2013 r. o godz. 16.45.
- 15.3 Uroczyste zamknięcie mistrzostw nastąpi 10.03.2013r. bezpośrednio po zakończeniu ostatniej konkurencji.
- 15.4 Podczas zawodów obowiązują przepisy FINA i PZP.
- 15.5 W sprawach nie objętych regulaminem decyduje delegat PZP - Naczelnik Zawodów, który jest jednocześnie przewodniczącym Komisji Odwoławczej.
- 15.6 Lekarz zawodów pełni dyżur w czasie zawodów i rozgrzewki.
- 15.7 Ewentualne protesty należy składać na piśmie sędziemu głównemu zawodów nie później, niż 30 min. od zaistnienia przyczyny, wpłacając jednocześnie vadium w wysokości 200 zł. W przypadku uwzględnienia protestu vadium zostanie zwrócone. Protest bez vadium nie będzie rozpatrywany.
- 15.8 Ostateczną listę startową i wyniki z poszczególnych bloków zawodów otrzymają jedynie przedstawiciele klubów, które opłaciły należność za komunikaty.

16. Badania:

Za zgodą Polskiego Związku Pływackiego podczas Mistrzostw Polski Juniorów 16 –letnich w Gliwach będą wykonywane pomiary antropometryczne zawodników przez pracowników Zakładu Pływania i Ratownictwa Wodnego AWF im. J. Kukuczki w Katowicach. Badaniami **objęci zostaną wszyscy zawodnicy startujących podczas Mistrzostw Polski.**

Badania mają na celu określenie somatotypu młodych pływaków z uwzględnieniem dystansu oraz konkurencji pływackiej.

Badania będą wykonywane w pomieszczeniu medycznym pływalni Olimpijskiej już od czwartku (7.03.2013) oraz podczas trwania mistrzostw **08-10.03.2013** od momentu rozpoczęcia rozgrzewki aż do zakończenia zawodów.

Zawodnicy zostaną podzieleni na grupy a listy z nazwiskami wywieszane obok list startowych. Jednakże istnieje możliwość wykonania badań w dogodnym dla zawodnika momencie, np. między startami, podczas rozgrzewki, lub po zakończeniu startów. W pierwszej kolejności prosimy o zgłaszanie się do badań zawodników serii finałowych (A,B).

Planowane badania są nieinwazyjne i dotyczą pomiaru cech somatycznych takich jak:

- wysokość ciała,
- masa ciała,
- obwody ciała,
- pomiary długościowe kończyn dolnych i górnych,
- pomiar tkanki tłuszczowej (5 fałdów skórnych) przy pomocy fałdomierza,
- siła dłoni przy pomocy dynamometru ręcznego.

Pomiary długościowe będą wykonywane przy pomocy antropometru.

Pragniemy zapewnić, iż badania nie będą kolidowały ze startami zawodników i będą elastycznie dopasowane do ich potrzeb. Merytorycznie odpowiedzialną osobą, nadzorującą planowane badania jest Pani dr Alicja Stachura, adiunkt w Zakładzie Pływania i Ratownictwa Wodnego.

Liczymy na współpracę ze strony zawodników, tak by po starcie każdy indywidualnie podchodził do badania w dogodnym dla siebie czasie. Prosimy o zrozumienie i przychyłność w powyższej sprawie, mając też nadzieję na rozwój współpracy ze Związkiem.

Podobne badania z powodzeniem zostały zrealizowane w Gliwicach w terminie 13-15.07.2012.

Trenerów uprasza się o wyrażenie zgody na udział zawodników w badaniach oraz zrozumienie. Zainteresowani otrzymają komplet wyników mailem.

ZAMÓWIENIE ZAKWATEROWANIA I WYŻYWIENIA
na Mistrzostwa Polski Juniorów 16 letnich
Gliwice 08-10.03.2013 r.

Nazwa Klubu

Miejsce zakwaterowania

Telefon kontaktowy

Środek transportu

1. Zamówienia wyżywienia (wpisać liczbę posiłków)

Dzień	Śniadanie	Obiad	Kolacja
07.03.2013 r.	X		
08.03.2013 r.			
09.03.2013 r.			
10.03.2013 r.			
RAZEM			

2. Zamówienie na zakwaterowanie (wpisać liczbę osób)

Dzień	Zawodnicy		Trenerzy		RAZEM
	K	M	K	M	
07/08.03.2013					
08/09.03.2013					
09/10.03.2013					
Ogółem					

.....
 Główny Księgowy

.....
 Prezes Klubu