

OGÓLNOPOLSKI SPRAWDZIAN WYTRZYMAŁOŚCI I WSZECHSTRONNOŚCI 11 i 12 lat

1. Cel sprawdzianu:

- ocena wytrzymałości i wszechstronności wg wymogów PZP;

2. Termin i miejsce sprawdzianu:

- **15.11.2024**, pływalnia SP190; Łódź, ul. Malczewskiego 37/47
- Rozgrzewka – 9:30 – 9:55;
- Rozpoczęcie sprawdzianu – 10:00.

3. Organizator:

ŁOZP wraz z gospodarzem obiektu UKS 190, który zabezpiecza osobę na stanowisko informatora.

4. Zgłoszenia w SEL

- Zgłoszenia do **13.11.2024**, do g. 20:00
- Wykreślenia: przed sprawdzianem, bez zwrotu opłaty startowej.

5. Uczestnictwo, kluby które potwierdziły uczestnictwo w sprawdzianie

- Zawodnicy urodzeni w latach 2012 i 2013;
- Zawodnik musi mieć status AKTYWNY w SEL;

6. Opłaty: Opłata startowa od zgłoszonego zawodnika 40 zł płatna na konto UKS 190 po wystawionej fakturze.

7. Program sprawdzianu:

15.11.2024

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

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 pierwsze 3 miejsca K i M w kategoriach wiekowych 11 i 12 lat;