

Regulamin
IV Gminnych Igrzysk LZS w Dobrej

Patronat Honorowy:
Wójt Gminy Dobra: Teresa Dera

I. Cele:

- popularyzacja zdrowego stylu życia i aktywnego wypoczynku
- współzawodnictwo sportowe
- kształtowanie poprzez sport potrzeby systematycznej aktywności fizycznej
- promowanie wolontariatu
- rozwój społeczności lokalnej i ich zaangażowania w sport

II. Organizatorzy;

- Gminne Zrzeszenie LZS w Dobrej
- Gmina Dobra
- Kompleks sportowy „ORLIK 2012” w Dobrej

III. Termin i miejsce:

- Igrzyska odbędą się w dniu 25 05. 2019 r. na terenie kompleksu sportowego „ORLIK” w Dobrej
- godz. 9:30 - Przyjmowanie zapisów zawodników
- godz. 10:00 - Otwarcie Igrzysk godz. 10:00

IV. Uczestnictwo:

Prawo startu w Igrzyskach mają **osoby dorosłe i młodzież od lat 13 członkowie Kół LZS z terenu Gminy Dobra. Każde Koło wystawia od 5 do 7 osobową drużynę w tym minimum jedna kobieta.** Warunkiem uczestnictwa jest posiadanie aktualnego badania lekarskiego pozwalającego na start w zawodach sportowych, lub **oświadczenie - Niniejszym oświadczam, że jestem zdolny do udziału w Igrzyskach i startuję na własną odpowiedzialność. Nie będę dochodził odszkodowania od organizatora w razie wypadku, szkody lub zdarzenia losowego związanego z IV Igrzyskami GZ LZS w Dobrej**

V. Część sportowa- wykaz konkurencji;

1. Strzały z łuku – startuje jeden zawodnik z drużyny wykonuje 4 strzały + 1 strzał próbny
2. Strzały do tarczy z pistoletu pneumatycznego - startuje 1 zawodnik z drużyny: wykonuje 4 strzały + 1 próbny do tarczy. Suma uzyskanych punktów decyduje o zwycięstwie.
3. Kule-bule – startują 1 osoby z drużyny, każdy zawodnik wykonuje po 3 rzuty. O zwycięstwie decyduje najmniejsza suma odległości „ dużej kuli” od małej kulki.
4. Pokonanie toru sprawnościowego, startuje 2 zawodników (1 mężczyzna i 1 kobieta) z każdej drużyny. Liczy się łączny czas.
5. Rzuty do kosza - startuje 2 zawodników z drużyny(1 mężczyzna i 1 kobieta). Liczy się łączna liczba zdobytych punktów. Każdy zawodnik wykonuje po 3 rzuty + 1 rzut próbny

6. Mini golf - startuje z drużyny 1 zawodnik. Zwycięża zawodnik, który osiągnie „dołek” przy najmniejszej liczbie uderzeń.

7. Odbijanie piłki tenisowej rakieta na celność odbić.

Konkurencje alternatywne, dla chętnych –(poza punktacją drużynową) „O tytuł silacza”

1. Zwis na drążku z podciągnięciem, liczy się czas zwisu

VI. Punktacja:

1. W konkurencjach Igrzysk

I m – 11 pkt, II m – 9 pkt, III m – 8 pkt..... aż do 1 pkt.

2. Punktacja końcowa drużyn (LZS)

Na klasyfikację końcową drużyn będzie się składać suma pkt. uzyskanych w poszczególnych konkurencjach przez zawodników.

VII. Nagrody:

1. W klasyfikacji drużynowej - wszystkie drużyny biorące udział w Igrzyskach otrzymują pamiątkowe dyplomy, a drużyny (Koła) za miejsca I-III otrzymują puchary

VIII. Postanowienia końcowe:

Sprawy nieobjęte regulaminem oraz ewentualne protesty rozstrzygać będzie Sędzia Główny Igrzysk.

Poszczególne LZS-y prześlą mailowo(dostarczą) listy zawodników z zaznaczeniem w jakich konkurencjach startują do dnia 18.05. 2019 do Andrzeja Grochowskiego :

- gzlzsdobra@wp.pl

-andgroch@wp.pl

Każdy zawodnik LZS uczestniczy przynajmniej w jednej konkurencji

Zawodnik może maksymalnie startować w 4 konkurencjach.

Ze sportowym pozdrowieniem

Organizatorzy