

## REGULAMIN

### Wojewódzkich Letnich Igrzysk Zrzeszenia LZS .

*Zadanie dofinansowane ze środków  
Urzędu Marszałkowskiego Województwa Świętokrzyskiego w Kielcach*

#### 1. CEL

- popularyzacja sportu i rekreacji w środowisku wiejskim,
- zapewnienie czynnego wypoczynku i współzawodnictwa sportowego,
- uaktywnienie samorządów lokalnych na rzecz kultury fizycznej,
- wyłonienie reprezentacji na Ogólnopolskie Igrzyska.

#### 2. TERMIN i MIEJSCE .

Igrzyska przeprowadzone zostaną w dniu **9 sierpnia 2020 r. / niedziela /** na obiektach sportowych, **Gminnego Ośrodka Sportowo – Rekreacyjnego w Łopusznie, ul. Włoszczowska 40.**

**Przyjazd ekip do godz. 9.30 .**

**Uroczyste otwarcie Igrzysk godz. 10.00**

#### 3. ORGANIZATOR, WSPÓLORGANIZATOR

- Świętokrzyskie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe w Kielcach,
- Urząd Marszałkowski Województwa Świętokrzyskiego,
- Urząd Gminy w Łopusznie
- Gminny Ośrodek Sportowo – Rekreacyjny w Łopusznie

#### 4 PRAWO STARTU .

W Igrzyskach prawo startu mają członkowie Zrzeszenia LZS (**rocznik 2002 i starsi**) legitymujący się aktualnym badaniem lekarskim .

#### 5 PROGRAM ZAWODÓW :

Igrzyska przeprowadzone zostaną w następujących dyscyplinach :

- Piłka siatkowa kobiet i mężczyzn (3 osobowa na boisku trawiastym)
- Piłka nożna kobiet i mężczyzn (5 osobowa )
- Koszykówka kobiet i mężczyzn (3 osobowa)
- Wyciskanie odważnika (17,5 kg) mężczyzn
- Przeciąganie liny kobiet i mężczyzn
- Trójbój

## 6. ZGŁOSZENIA

- Indywidualne i w grach zespołowych w dniu zawodów .

## 7. PUNKTACJA .

### - / Wyciskanie odważnika

I m-ce – 10 pkt. , II – 8 , III – 6 , IV – 5 , V – 3 , VI – 2 , VII – 1 .  
Suma punktów decyduje o kolejności LZS / LKS .

### - / Przeciąganie liny/ .

I m-ce – 15 pkt. , II – 12 , III – 10 , IV – 9 , V – 8 , VI – 7 , VII – 6 , VIII – 5 ,  
IX – 4 , X – 3 , XI – 2 , XII – 1 .

### - / Trójbój – punktacja j/w .

### - / Gry zespołowe .

I m-ce – 50 pkt . , II – 40 , III-IV – 30 , V – VIII – 10 , XVII i dalsze 5 pkt.

### Punktacja ogólna Igrzysk .

Suma uzyskanych punktów (przez LZS/LKS ) za wszystkie dyscypliny, decyduje o ich kolejności , a w przypadku równej ilości o kolejności decydują lepsze miejsca w łącznej punktacji w poszczególnych dyscyplinach . Punkty uzyskane w trójboju doliczane będą do punktacji gmin. Suma punktów uzyskanych przez gminy decyduje o miejscu powiatu .

## 8. NAGRODY .

- w wyciskaniu odważnika zawodnicy za zajęcie trzech pierwszych miejsc otrzymają medale, do miejsca szóstego – dyplomy,

**LZS/LKS** w ogólnej punktacji w niżej wymienionych dyscyplinach otrzymają:  
za miejsca I-III puchary, za miejsca I-VI dyplomy

- przeciąganie liny kobiet i mężczyzn
- trójbój
- piłka siatkowa kobiet i mężczyzn ,
- piłka nożna kobiet i mężczyzn
- koszykówka kobiet i mężczyzn

**LZS / LKS** - za sześć pierwszych miejsc w punktacji łącznej otrzymają puchary i dyplomy

**Gminy** - za sześć pierwszych miejsc w punktacji łącznej otrzymają puchary i dyplomy .

**Powiaty** - za sześć pierwszych miejsc w punktacji łącznej otrzymają puchary i dyplomy .

## 9. ZASADY PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW .

### 1. Wyciskanie odważnika / 17,5 kg / - konkurencja indywidualna

Konkurencja rozegrana zostanie w kategorii do 85 kg i + 85 kg.  
Klub może wystawić po jednym zawodniku w każdej kategorii wagowej

- Zawodnik wyciska odważnik, lewą lub prawą ręką w pozycji stojąc na wyprostowane ramię bez uginania nóg w kolanach i odrywania stóp od podłoża. W przypadku niepełnego wyprostowania lub nieprawidłowego wykonania wycisku, sędzia przerywa start. Decyzja sędziego jest ostateczna. O kolejności decyduje ilość zaliczonych podniesień, w przypadku jednakowego wyniku decydować będzie waga zawodnika

### Przeciąganie liny .

Każda gmina może wystawić po jednym zespole kobiet i mężczyzn . Zespół składa się z pięciu zawodników / czek . Zespół może być uzupełniony przez zawodników / czki z innego ogniwa z tej samej gminy startujących w Igrzyskach .  
System rozegrania konkurencji zostanie ustalony po weryfikacji.  
Zawodnicy mogą jedynie startować w obuwiu typu : trampki , tenisówki , adidas.

### - Trójbój ( rzut lotką do tarczy, strzał piłką do bramki, hulajnoga)

Startuje drużyna - 3 osobowa danej gminy .

O miejscu drużyny decyduje łączna suma zdobytych punktów trzech zawodników zespołu w niżej wymienionych konkurencjach:

- rzut lotką z odległości 2,5 m do tarczy punktowej /1-10/, 3 rzuty próbne, 5 ocenianych
- hulajnoga
- strzał piłką nożną do bramki 90 cm x 60 cm, z odległości 10 m.  
3 strzały próbne , 5 ocenianych /10 pkt. za strzał celny / .

### Gry zespołowe .

System rozgrywek uzależniony będzie od ilości zgłoszonych zespołów.  
Każda gmina może wystawić tylko 1 zespół w poszczególnych grach .

#### a / Piłka siatkowa kobiet i mężczyzn

- Drużyny 3 osobowe + 1 zawodnik rezerwowy .  
Rozgrywki są przeprowadzone na boisku trawiastym o wymiarach  
7 m x 7 m dla kobiet i 9 m x 9 m dla mężczyzn

#### b/ Koszykówka kobiet i mężczyzn

- drużyna 3 osobowa + 1 zawodnik rezerwowi  
Turniej przeprowadzony będzie na jeden kosz (1/2 boiska do koszykówki)

#### **10. SPRAWY FINANSOWANIA .**

1. Koszty organizacyjne Wojewódzkich Igrzysk (w tym posiłek) pokrywa Świętokrzyskie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe w Kielcach .
2. Koszty udziału (przejazdy), pokrywają uczestnicy .

#### **11. SPRAWY RÓŻNE .**

1. We wszystkich sprawach nie objętych niniejszym regulaminem decyduje organizator .
2. Wszyscy uczestnicy zawodów są objęci ubezpieczeniem przez organizatora.

**Świętokrzyskie Zrzeszenie  
Ludowe Zespoły Sportowe**

**K I E L C E**