



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



AKTYWNA WIEŚ

REGULAMIN

WOJEWÓDZKICH LETNICH IGRZYSK ZRZESZENIA LZS

1. CEL

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

2. TERMIN i MIEJSCE

Igrzyska przeprowadzone zostaną w dniu **23 lipca 2023 r. / niedziela /** na obiektach sportowych, **Gminnego Ośrodka Sportowo Wypoczynkowy w Łopusznie, ul. Włoszczowska 40.**

Przyjazd ekip do godz. 10.00 .

Uroczyste otwarcie Igrzysk godz. 10.30

3. ORGANIZATOR, WSPÓLORGANIZATOR

- Krajowe Zrzeszenie LZS
- Świętokrzyskie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe w Kielcach,
- Urząd Marszałkowski Województwa Świętokrzyskiego,
- Urząd Gminy w Łopusznie
- Gminny Ośrodek Sportowo Wypoczynkowy w Łopusznie

4 PRAWO STARTU

W Igrzyskach prawo startu mają zawodnicy (**kobiety i mężczyźni, rocznik 2005 i starsi**).

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 na boisku o nawierzchni bitumicznej)
- Wyciskanie odważnika (17,5 kg) mężczyzn
- Przeciąganie liny kobiet i mężczyzn
- Trójbój

6. ZGŁOSZENIA

- indywidualne w dniu zawodów .
- zgłoszenia w grach zespołowych (telefonicznie: **604 966 920** do dnia **1.07.2023r.** Świętokrzyskie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe w Kielcach

7. PUNKTACJA

- Indywidualna:

I m-ce – 9 pkt. , II – 7 pkt , III – 6 pkt , IV – 5 pkt , V – 4 pkt , VI – 3 pkt , VII – 2 pkt, VIII – 1 pkt .

- Zespołowa :

I m-ce – 40 pkt. , II – 35 pkt , III – 30 pkt , IV – 28 pkt , V – 26 pkt , VI – 24 pkt , VII – 22 pkt , VIII – 20 pkt , IX – 18 pkt, X – 16 pkt, XI – 14 pkt, XII – 12 pkt, XIII – 10 pkt, XIV – 8 pkt, XV – 6 pkt, XVI – 4 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 .

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

Konkurencja zostanie przeprowadzona w **pozycji siedząc na taborecie**. Zawodnicy wyciskają lewą lub prawą ręką odważnik na wyprostowane ramię, drugą ręką zawodnik trzyma na kolanie. Zawodnik wyciska odważnik bez robienia jakiegokolwiek przerwy. O kolejności decyduje ilość zaliczonych podniesień, w przypadku jednakowego wyniku, decydować będzie waga zawodnika. Ważenie zawodnika odbędzie się przed rozpoczęciem próby.

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 rezerwowi .
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

- Drużyny 3 osobowe + 1 zawodnik rezerwowi .
Turniej przeprowadzony będzie na jeden kosz (½ boiska do koszykówki).

10. SPRAWY FINANSOWANIA .

1. Koszty organizacyjne Wojewódzkich Igrzysk, pokrywa Świątokrzyskie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe w Kielcach .
2. Koszty udziału (transportu), pokrywają, uczestnicy. .

11. SPRAWY RÓŻNE .

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

**Świątokrzyskie Zrzeszenie
Ludowe Zespoły Sportowe**

K I E L C E