



## REGULAMIN

### Wojewódzkie Wieloboje Sprawnościowe dla dzieci

#### Organizator:

**Warmińsko-Mazurskie Zrzeszenie LZS, UKS ATOS WOŹNICE, MLKS SOKÓŁ LUBAWA, UKS ASY DYWITY, UKS SOKÓŁ WĘGORZEWO**

#### 1. Cel imprez

- popularyzacja ćwiczeń ogólnorozwojowych, sprawnościowych i technicznych wśród dzieci i młodzieży,
- wstępna selekcja dzieci do uprawiania sportu w klubach sportowych,
- propagowanie zdrowego trybu życia i kształtowanie postaw prozdrowotnych,
- popularyzacja idei olimpizmu i zasada fair-play w życiu i sporcie,

#### 2. Warunki uczestnictwa w zawodach

- Prawo startu w turniejach mają dzieci w wieku do 12 lat (rok 2008 i mł.) ze szkół / klubów województwa warmińsko-mazurskiego, z miejscowości do 20 tys mieszkańców, członków Zrzeszenia LZS
- uczestnicy startują w dwóch grupach: dziewczęta i chłopcy
- uczestnicy zobowiązani są posiadać legitymację szkolną lub inny dok potwierdzający rocznik
- klub sportowy/szkoła ma prawo zgłosić dowolną liczbę zawodniczek i zawodników.

#### 3. Termin i miejsce zawodów

**Zawody odbędą się w niżej podanych terminach i miejscach**

**DYWITY - 3.12.2020 g. 17 oraz 7.12.2020 g. 17 tel do organizatora +48 791 268 442**

**LUBAWA 16.12.2020 - Hala OSIR Lubawa ul. Łąkowa g. 16.00**

**MIKOŁAJKI - 8.12.2020 HALA Sportowa ul. Jana Pawła II g. 18.00**

**WĘGORZEWO - 7.12.2020 oraz 9.12.2020 HALA OSIR g. 17.00**

#### 4. Program zawodów

W turnieju sprawnościowym zawodniczki i zawodnicy rywalizować będą w 4 konkurencjach:

bieg 4 x 10m; siady z leżenia tyłem przez 30 sek (brzuszki).; trójskok obunóż z miejsca; rzut piłką lekarską (D -2kg, CH - 3kg)

#### 5. Zasady punktacji i oceny wyników

- Uczestnicy wieloboju zostaną za wykonanie poszczególnych ćwiczeń oceniani wg specjalnie przygotowanej punktacji, w której uwzględniony będzie współczynnik wieku, premiujący przy tym samym wyniku młodszy rocznik startującego
- Będzie prowadzona klasyfikacja indywidualna.

#### 6. Nagrody

- Indywidualnie za miejsca I-III Medale

Prawo interpretacji niniejszego regulaminu należy do Organizatora

W- M Z LZS