



## REGULAMIN

### Wojewódzkie Wieloboje Sprawnościowe dla dzieci

#### Organizator:

Warmińsko-Mazurskie Zrzeszenie LZS, TS NIDA NIDZICA, Gmina Nidzica, OSIR NIDZICA

#### 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,
- wyłonienie najsprawniejszych dziewcząt i chłopców oraz najlepszych drużyn,

#### 2. Warunki uczestnictwa w zawodach

- Prawo startu w turniejach mają dzieci w wieku do 12 lat (rok 2007 i mł.) ze szkół / klubów województwa warmińsko-mazurskiego.
- uczestnicy startują w dwóch grupach: dziewczęta i chłopcy (drużyny liczą 4 zawodników/zawodniczki)
- 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

Nidzica, 05.12.2019 (czwartek), Hala MOSIR ul Polna 8, godz. 9.30 weryfikacja drużyn,  
godz. 10.00 rozpoczęcie zawodów

Zgłoszenia mailem na adres: [wmz@lzs.olsztyn.pl](mailto:wmz@lzs.olsztyn.pl) do dnia 03.12.2019

W zgłoszeniu proszę podać: Imiona i Nazwiska + rocznik (4 zawodników do jednej drużyny)  
Nazwę Klubu/Szkoły/Gminy

#### 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 (brzuski).; trójskok obunóż z miejsca; rzut piłką lekarską (D - 1kg, CH - 2kg)

#### 5. Zasady punktacji i oceny wyników

- Uczestnicy wieloboju zostaną za wykonanie poszczególnych ćwiczeń oceniani wg specjalnie przygotowanej punktacji.
- Będzie prowadzona klasyfikacja drużynowa i indywidualna. Do punktacji drużynowej liczona będzie suma punktów uzyskanych przez wszystkich zawodników danej drużyny.

#### 6. Nagrody

- Indywidualnie za miejsca I-III Medale
- Drużynowo za miejsca I-III Puchary

Prawo interpretacji niniejszego regulaminu należy do Organizatora