**Regulamin II Tomaszowskiej Spartakiady Seniorów 2017**

**I. Cel:**

Popularyzacja, i upowszechnianie rekreacji ruchowej wśród seniorów oraz promocja aktywnego i zdrowego trybu życia.

**II. Organizator:**

Gmina Miasto Tomaszów Mazowiecki

Wydział Spraw Społecznych i Promocji Zdrowia

**Krajowe Stowarzyszenie Seniorów „PASJA”**

Stowarzyszenie Abstynenckie "Azyl"

Szkoła Podstawowa nr 11 w Tomaszowie Mazowieckiem

**III. Termin i miejsce Spartakiady**

1. 06.12.2016r. godz. 10:00
2. Zespół Szkolno – Przedszkolny nr 7, Szkoła Podstawowa nr 11 ul. Św. Antoniego 43/45 97-200 Tomaszów Mazowiecki

**IV. Uczestnictwo:**

1. W Spartakiadzie mogą wziąć udział osoby zamieszkałe na terenie miasta Tomaszowa Mazowieckiego, które w 2017 roku ukończyły 50 lat.
2. Wiek uczestników będzie weryfikowany przed zawodami na podstawie dokumentu tożsamości.
3. Każdy z uczestników musi złożyć podpis na liście osób wyrażających zgodę na udział w zawodach na własną odpowiedzialność.
4. Udział w zawodach jest bezpłatny.
5. Do udziału w Spartakiadzie zapraszamy wszystkie organizacje senioralne i inne, oraz osoby indywidualne które ukończyły 50 rok życia.
6. Jedna osoba może wziąć udział maksymalnie w 3 konkurencjach (nie licząc konkurencji drużynowej – nr 9).

**V. Klasyfikacje**

Wszystkie konkurencje (oprócz tenisa stołowego) odbywać się będą w 3 kategoriach wiekowych:

I kategoria - 50-59 lat

II kategoria - 60-69 lat

III kategoria - 70 i powyżej lat

**VI. Konkurencje:**

1. **Rzut piłką lekarską zza głowy na odległość** – 3 próby, mierzone wygrywa osoba która wykona najdłuższy rzut. 1 kg - kategoria kobiet, 3 kg – kategoria mężczyzn
2. **Rzut do kosza** – Wygrywa największa ilość trafień. 10 rzutów do kosza. W razie takiego samego wyniku kilku osób dogrywka po 1 dodatkowym rzucie, aż do momentu wyłonienia zwycięzcy.
3. **Tenis Stołowy** – singiel (bez podziału na kat. wiekowe).
4. **Rzuty karne w piłkę nożną na pustą bramkę, z linii 7 metrów do bramki do unihokeja** – 5 rzutów karnych. Wygrywa największa ilość trafień. W razie takiego samego wyniku więcej niż 1 osoby, dogrywka po 1 rzucie karnym aż do wyłonienia zwycięzcy.
5. **Slalom z piłką do nogi. System turniejowy** - 2 stanowiska, przechodzi do kolejnego etapu ta osoba która wygra.
6. **Rzutki do tarczy** – Wygrywa osoba z najlepszą celnością – 5 rzutów, wynik się sumuje.
7. **Slalom na dystansie 20m w alkogoglach na czas**.
8. **Podbijanie piłki siatkowej nad głową w czasie 1 minuty** – Wygrywa największa ilość podbić. 3 próby.
9. **Przeciąganie liny.** Konkurencja drużynowa. Każda drużyna składa się z 6 osób – 3 kobiet i trzech mężczyzn.

Jeżeli w danym przedziale wiekowym nie ma więcej uczestników poza jedną osobą, to ta konkurencja nie odbywa się.

**VII. Zgłoszenia**

1. Zgłoszenia przyjmowane są do 27 listopada 2017 roku. Po tym terminie nie będą przyjmowane.
2. Zgłoszenia przyjmowane są na podstawie wypełnionych formularzy zgłoszeniowych.
3. Formularze zgłoszeniowe dostępne są:

- w siedzibie Urzędu Miasta - ul. P.O.W. 10/16 97-200 Tomaszów Mazowiecki budynek C, parter, pok. nr 1

- na stronie internetowej Urzędu Miasta

1. Zgłoszenia można dokonać:

- mailowo na adres:

[wsp@tomaszow-maz.pl](mailto:wsp@tomaszow-maz.pl) – należy przesłać skan zgłoszenia wraz z podpisem, bądź uzupełnić podpis przed zawodami.

- w siedzibie organizatora - ul. P.O.W. 10/16 97-200 Tomaszów Mazowiecki, budynek C, parter, pok. nr 1

**VIII. Nagrody**

Miejsca I-III w każdej konkurencji otrzymują pamiątkowe medale oraz upominki. Medale i upominki rozdane zostaną podczas uroczystego zamknięcia Spartakiady.

**IX. Ubiór i sprzęt sportowy**

1. Uczestnicy Spartakiady mogą brać udział w rozgrywkach jedynie w stroju adekwatnym do konkurencji w jakiej startują oraz miejsca w jakim odbywa się Spartakiada: na hali sportowej w Szkole Podstawowej nr 11 obowiązuje obuwie sportowe.
2. Uczestnicy mogą używać własnych rakietek do tenisa stołowego.

**IX. Postanowienia końcowe**

1. Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas zawodów.
2. Organizator zapewnia wodę dla uczestników Spartakiady.
3. Zabrania się spożywania alkoholu w trakcie zawodów.

4) Uczestnicy zobowiązani są przybyć na miejsce rozgrywek Spartakiady z 15-minutowym wyprzedzeniem.

5) Wyniki II Tomaszowskiej Spartakiady Seniorów 2017 dostępne będą na stronie: <http://www.tomaszow-maz.pl/> po zakończeniu zawodów.

6) Interpretacja regulaminu należy do organizatora Zawodów.

Załącznik do Regulaminu

II Tomaszowskiej Spartakiady Seniorów

**Karta zgłoszeniowa**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Lp. | Nazwisko i Imię | Data urodzenia | Nr. Konkurencji | Podpis |
| 1. |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |
| 4. |  |  |  |  |
| 5. |  |  |  |  |
| 6. |  |  |  |  |
| 7. |  |  |  |  |
| 8. |  |  |  |  |
| 9. |  |  |  |  |
| 10. |  |  |  |  |
| 11. |  |  |  |  |
| 12. |  |  |  |  |
| 13. |  |  |  |  |
| 14. |  |  |  |  |
| 15. |  |  |  |  |
| 16. |  |  |  |  |
| 17. |  |  |  |  |
| 18. |  |  |  |  |
| 19. |  |  |  |  |
| 20. |  |  |  |  |
| 21. |  |  |  |  |
| 22. |  |  |  |  |
| 23. |  |  |  |  |
| 24. |  |  |  |  |
| 25. |  |  |  |  |
| 26. |  |  |  |  |

Podpis na karcie zgłoszeniowej jest równoznaczny ze zgodą na udział w zawodach na własną odpowiedzialność.