
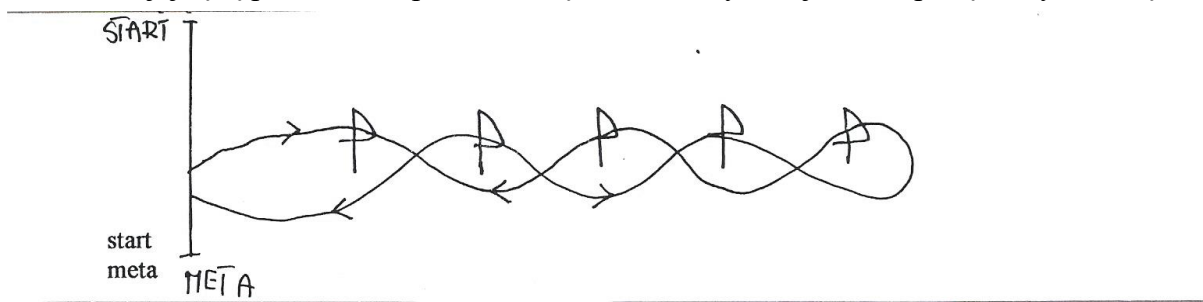


**ZAPROSZENIE
NA MISTRZOSTWA SOŁECTW
W WIELOBOJU SPRAWNOŚCIOWYM
OD JUNIORA DO SENIORA**

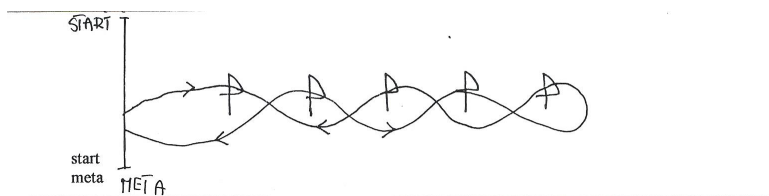
1. **CEL:** - popularyzacja aktywności ruchowej wśród mieszkańców sołectw
 - a. wyłonienie najaktywniejszego ruchowo sołectwa
 - b. zawiązanie nowych znajomości,
 - c. integracja sołectw
2. **ORGANIZATOR:** Stowarzyszenie Projekt Pniewy, Ośrodek Sportu i Rekreacji w Pniewach,
3. **TERMINY / MIEJSCA:**
 - a) **Zamorze: 01.08.2020r (sobota), godz. 11.00, plac zabaw przy świetlicy wiejskiej**
 - b) **Zajączkowo: 08.08.2020r (sobota), godz. 11.00, plac zabaw przy świetlicy wiejskiej**
4. **ZASADY UDZIAŁU:** -
 - a) **zgłoszenia do 29.07.2020r** na adres Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Wolności 20, 62-045 Pniewy, e-mail hala@pniewy.org
5. posiadanie przez zawodników stroju sportowego
6. **UCZESTNICY:**
 - a) drużyna sołectwa składa się z 6 osób, zamieszkujących dane sołectwo w Gminie Pniewy
 - b) **wiek zawodników:**
 - 60+ 1osoba
 - 50-60 lat 1 osoba
 - 40-50 lat 1 osoba
 - 30-40 lat 1 osoba
 - 20-30 lat 1 osoba
 - 10-20 lat minimum 1 osoba
7. **KONKURENCJE:**
 - a) sztafeta wahadłowa na dużej piłce rehabilitacyjnej z uszami **(konkurencja na czas):**
 - z jednej strony 3 osoby; z drugiej 3 – każdy pokonuje dystans slalomem skacząc na piłce (piłka musi być przekazana za liniami półmetków) nie wolno podawać piłki z odległości;
 - b) skakanka długa – każdy zawodnik, który wskoczy otrzymuje 1 pkt., za każdy skok całej drużyny (4 zawodników) 2 pkt., zawodnicy wskakują pojedynczo po kolei, linkę kręcą zawodnicy z drużyn (długość linki max 20m),

- c) slalom z piłką nożną (**konkurencja na czas**): – nie wolno łapać piłki ręką ani dotykać jej ręką przekazanie piłki za linią startu i mety, tutaj można piłkę chwycić w ręce i



ustawić przed linią startu, gdy piłka ucieknie poza tor trzeba go naprowadzić na powrót nogą do miejsca skąd uciekła

- d) mega piłkarzyki (konkurencja niespodzianka)-rozegrana zostanie tylko w jednej lokalizacji
- e) strzały do bramki na celność z odległości min 6m.
Wygrywa konkurencję drużyna, która zaliczy największą ilość celnych trafień.
W przypadku równej ilości punktów decyduje czas.
- f) slalom w workach (**konkurencja na czas**) każdy zawodnik pokonuje odległość 10 m slalomem , skacząc w worku, przekazanie worka następuje za linią startu/mety



UWAGA !

Po wykonaniu każdego ćwiczenia kapitan drużyny podnosi prawą rękę w górę.

8. PUNKTACJA: w każdej konkurencji

- Za 1 miejsce – ilość drużyn biorących udział +1
- Za 2 miejsce – ilość drużyn biorących udział -1
- Za 3 miejsce – ilość drużyn biorących udział - 2
- Za 4 miejsce – ilość drużyn biorących udział - 3
- Za 5 miejsce – ilość drużyn biorących udział - 4
- Za 6 miejsce – ilość drużyn biorących udział – 5
- Itd.

Suma punktów uzyskanych przez sołectwo we wszystkich konkurencjach **w obu lokalizacjach** wyłoni zwycięzcę. Przy równej ilości zdobytych punktów przez dwa lub więcej zespołów o wyższym miejscu decyduje większa ilość miejsc 1, potem 2, itd. w poszczególnych konkurencjach. Przy zajęciu miejsc dzielonych w danej konkurencji punkty się uśrednia.

Za udział w mistrzostwach nieuprawnionych zawodników przyznane zostaną 3 pkt. Karne za każdą konkurencję.

9. NAGRODY:

Puchary dla trzech pierwszych zespołów, statuetki dla pozostałych

10. INNE:

- a. w zawodach mogą startować osoby, które nie mają przeciwwskazań lekarskich do brania udziału w lekcjach WF (dzieci/młodzież),
- b. nie ma zawodników rezerwowych! podczas zawodów,
- c. przy dużej liczbie zgłoszonych zespołów niektóre konkurencje odbywać się będą w kilku seriach