



***Komunikat organizacyjny IV Mistrzostw Polski
w Pływaniu na Wodach Otwartych
Olsztyn, 23-24.07.2016 r.
Grand Prix Polski w Pływaniu na Wodach Otwartych.***

- 1. TERMIN ZAWODÓW:** 23-24 lipca 2016 r.
- 2. MIEJSCE ZAWODÓW:** Jezioro Ukiel, Centrum Sportowo- Rekreacyjne Ukiel, Jeziorna 1
- 3. ORGANIZATOR ZAWODÓW:**
 - 3.1. Polski Związek Pływacki
 - 3.2. Warmińsko-Mazurski Okręgowy Związek Pływacki
 - 3.3. Centrum Sportowo- Rekreacyjne Ukiel
- 4. KIEROWNICTWO ZAWODÓW:**
 - 4.1. Delegat PZP: Kazimierz Woźnicki
 - 4.2. Koordynator cyklu Grand Prix podczas Mistrzostw Polski: Tomasz Pąchalski
 - 4.3. Naczelnik zawodów: Jacek Puciło
 - 4.4. Sędzia główny: Kazimierz Dempniak
 - 4.5. Kierownik zabezpieczenia
 - 4.6. Kierownik obsługi medycznej
- 5. CEL IMPREZY:**
 - 5.1. Promocja dyscypliny pływania długodystansowego na wodach otwartych.
 - 5.2. Propagowanie bezpiecznej kąpieli na akwenach otwartych.
 - 5.3. Promowanie rywalizacji zgodnej z zasadami fair-play.
 - 5.4. Promocja kompleksu Centrum Sportowo- Rekreacyjnego Ukiel.
- 6. ZASADY UCZESTNICTWA:**
 - 6.1. W zawodach mają prawo startu zawodnicy 14-letni i starsi (wiek na dzień 31.12. roku, w którym odbędą się zawody).
 - 6.2. Zgłoszeni przez kluby/szkołę lub PZP.
 - 6.3. Posiadający aktualną licencję zawodniczą.
 - 6.4. Wszyscy zawodnicy muszą posiadać aktualne badania lekarskie.
- 7. KATEGORIE WIEKOWE ORAZ KONKURENCJE**
 - **1 kategoria: 14 lat:** dystans **2,5 km**
 - **2 kategoria 15-16 lat:** dystans **5 km**
 - **3 kategoria 17-18 lat:** dystans **7,5 km**
 - **4 kategoria 19-23 lata:** dystans **10 km**
 - **5 kategoria OPEN :** dystans **10 km**
- 8. KONKURENCJE:**
 - 2,5 km
 - 5 km
 - 7,5 km
 - 10 km
 - Wyścigi sztafetowe 3 km

9. PROGRAM ZAWODÓW

9.1. Mistrzostwa Polski w Pływaniu Długodystansowym na Wodach Otwartych są zawodami dwudniowymi.

9.2. Pierwszego dnia (sobota 23.07.2016 r.) rozegrane zostaną konkurencje indywidualne 2,5 km, 5 km, 7,5 km oraz 10 km. Drugiego dnia (niedziela 24.07.2016 r.) rozegrane zostaną wyścigi sztafetowe na dystansie 3 km.

9.3. W zależności od warunków pogodowych organizator może manewrować rozkładem konkurencji po konsultacji z sędzią głównym oraz naczelnikiem zawodów.

10. PRZEPISY TECHNICZNE

10.1. Zawodnik ma prawo startu w jednej dedykowanej do swojego wieku konkurencji oraz w konkurencji 10 km w kategorii OPEN.

10.2. Jednego dnia zawodnik może wystartować w 1 wyścigu indywidualnym i 1 sztafecie.

10.3. W przypadkach uzasadnionych poziomem sportowym Wydział Szkolenia PZP może wyrazić zgodę na start zawodnika w konkurencji innej niż dedykowana.

10.4. Zawodnik ma prawo startu w jednym zespole sztafetowym.

10.5. Zawodnicy mogą startować w strojach certyfikowanych przez FINA.

11. TRASA WYŚCIGU

11.1. Wyścigi indywidualne odbędą się po pętli o długości **833m**.

11.2. Wygląd trasy wyścigów indywidualnych:



11.3. Zawodnicy poszczególnych wyścigów muszą pokonać następującą liczbę okrążeń:

- 2500m – **3 okrążenia**
- 5 000m – **6 okrążenia**
- 7 500m – **9 okrążeń**
- 10 000m – **12 okrążeń**

11.4. Wyścigi sztafetowe odbędą się po pętli o długości **750m**.

11.5. Zespoły sztafetowe muszą pokonać 4 pętle.



11.6. Wygląd trasy wyścigów sztafetowych:



- 11.7. Start wyścigów odbywa się ze skoku z pomostu.
- 11.8. Meta wyścigu jest w postaci płyty kontaktowej umieszczonej nad wodą.
- 11.9. Trasa wyścigu oznaczona będzie przy pomocy ośmiu dużych boi kierunkowych (numery 1-8).
- 11.10. Zawodnik, który kończy wyścig, podczas pokonywania ostatniego okrążenia po przepłynięciu bramki międzyczasu s pływa bezpośrednio do mety.
- 11.11. Boje kierunkowe numer 1,2,3,4,5,8, są omijane przez pływaków prawym ramieniem.
- 11.12. Boje kierunkowe numer 6 i 7 są omijane lewym ramieniem.

12. INFORMACJE TECHNICZNE:

- 12.1. Pomiar czasu: automatyczny, przy pomocy chipów zwrotnych.
- 12.2. Temperatura wody ok.20°C (+/- 1,5°C).
- 12.3. Pływy: brak.
- 12.4. Woda przebadana przez SANEPID, zdatna do kąpieli.
- 12.5. Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami FINA, PZP oraz Regulaminem Mistrzostw Polski w Pływaniu Długodystansowym na Wodach Otwartych.
- 12.6. Zawodnicy mogą startować w strojach dopuszczonych przez FINA do rywalizacji na pływalni oraz na wodach otwartych.
- 12.7. Zawodnicy startujący na dystansie 7 500m oraz 10 000m mogą korzystać z platformy na karmienie i muszą posiadać opiekuna/ Feddera który będzie asystował zawodnika w trakcie wyścigu.
- 12.8. Każdy zawodnik korzystający z platformy na karmienie musi być wyposażony w tyczkę do podawania napojów zgodną z wymogami FINA.
- 12.9. Tyczki do karmienia zostaną sprawdzone podczas odprawy technicznej.
- 12.10. Każdy zawodnik korzystający z platformy na karmienie musi posiadać swojego trenera/ asystenta, który będzie odpowiedzialny za żywienie zawodnika.
- 12.11. Limit czasu na ukończenie wyścigu liczy się od momentu ukończenia wyścigu przez pierwszego zawodnika. Limit czasu jest osobny dla kobiet oraz dla mężczyzn oraz zależy od konkurencji.



12.12. Limit czasu ustalony od czasu zwycięzcy osobno dla kobiet i mężczyzn w poszczególnych konkurencjach wynosi:

- 2,5 km – 15 minut
- 5 km – 15 minut
- 7,5 km – 30 minut
- 10 km – 45 minut

13. WYŚCIGI SZTAFETOWE

- 13.1. Zespół sztafetowy składa się z 3 zawodników, w dowolnym układzie 2 kobiety+ 1 mężczyzna lub 1 kobieta + 2 mężczyzn.
- 13.2. Cały zespół sztafetowy startuje jednocześnie, wynikiem sztafety jest wynik ostatniego zawodnika, który ukończy wyścig.
- 13.3. Jeśli, którykolwiek z zawodników nie ukończy wyścigu lub otrzyma czerwoną kartkę cała sztafeta zostaje zdyskwalifikowana.
- 13.4. Zespoły sztafetowe startują pojedynczo w odstępach czasowych wynoszących 1 minutę.
- 13.5. Aby wziąć udział w wyścigu sztafetowym trzeba wziąć udział w przynajmniej jednym starcie indywidualnym.
- 13.6. Sztafety klasyfikowane są w tych samych kategoriach co wyścigi indywidualne.

14. ZGŁOSZENIA DO ZAWODÓW

- 14.1. Zgłoszenia należy wypełnić poprzez formularz zgłoszeniowy zamieszczony poniżej:
<http://www.pulsarsport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=732>
- 14.2. Zgłoszenie musi zawierać wszystkie wymagane dane.
- 14.3. Termin zgłoszeń upływa 17 lipca 2016 r.
- 14.4. Każdy zawodnik przed przystąpieniem do rywalizacji zobowiązany jest wypełnić formularz zgłoszeniowy.

15. NAGRODY:

- 15.1. Medale oraz dyplomy dla pierwszych trzech zawodników i zawodniczek w poszczególnych kategoriach wiekowych.
- 15.2. Za miejsca od 4 do 10 w poszczególnych konkurencjach indywidualnych przyznawane są dyplomy.
- 15.3. Medale i dyplomy dla pierwszych trzech zespołów sztafetowych w poszczególnych kategoriach wiekowych.

16. INFORMACJE DODATKOWE:

- 16.1. Mistrzostwa Polski w Pływaniu Długodystansowym na Wodach Otwartych będą podstawą do otrzymania klasy sportowej wg zasad ustalonych przez PZP.
- 16.2. Mistrzostwa Polski w Pływaniu Długodystansowym na Wodach Otwartych będą podstawą do powołania kadry narodowej w pływaniu na wodach otwartych na sezon 2017.

17. PROGRAM ZAWODÓW:

- 17.1. W dniu poprzedzającym zawody organizator zapewnia możliwość przeprowadzenia treningu. Trening odbędzie się w godzinach 15:30-17:30.
- 17.2. W trakcie trwania treningu za bezpieczeństwo zawodników odpowiedzialny jest trener, kierownik ekipy.
- 17.3. Organizator zabezpieczył 10 szt. kajaków do zabezpieczenia podczas treningu, kajaki po okazaniu dokumentu będą do odbioru w CRS Ukiel.



17.4. Dokładny godzinowy rozkład startów zostanie podany na odprawie technicznej w dniu 22 lipca 2016, godzina 17:30.

18. ZASADY FINANSOWANIA:

- 18.1. Koszty organizacyjne pokrywają organizatorzy
- 18.2. Uczestnicy przyjeżdżają na własny koszt
- 18.3. Opłata startowa wynosi 100 zł od każdego zgłoszonego zawodnika
- 18.4. Opłata startowa za zespół sztafetowy wynosi 50zł

19. BIURO ZAWODÓW:

- 19.1. Biuro zawodów będzie mieściło się w Centrum Sportowo Rekreacyjnym Ukiel ul. Jeziorna 1.
- 19.2. Biuro zawodów będzie czynne w piątek 22 lipca 2016 od godziny 17⁰⁰ do 20⁰⁰ oraz w sobotę i niedzielę 23-24 lipca 2016 od godziny 8³⁰.

20. ZAKWATEROWANIE I WYŻYWIENIE:

20.1. Oferta Hostel Relaks:

Szkolne Schronisko Młodzieżowe w Olsztynie
Obiekt Nr 2 „RELAKS”
10-558 Olsztyn ul. Żołnierska 13 b



**Proponujemy zakwaterowanie w Szkolnym Schronisku Młodzieżowym w Olsztynie
Obiekt nr 2 RELAKS
(Hostel Relaks)**

Zakwaterowanie

Oferujemy pokoje 1,2 i 3 osobowe w standardzie hotelowym z dostępem do bezprzewodowego Internetu (sieć wifi) i TV

Grupy zorganizowane osób dorosłych

60 zł / osoba / doba

Grupy zorganizowane osób dorosłych – studenci

60 zł – 20% na podstawie aktualnej legitymacji studenckiej – 48 zł/os/doba

Grupy zorganizowane dzieci i młodzieży wraz z opiekunami

40 zł / os / doba

Oferujemy również pokoje o niższym standardzie – pokoje trzyosobowe bez łazienek i tv (36 miejsc) – łazienki po generalnym remoncie znajdują się na korytarzu.

Grupy zorganizowane

25 zł / os / doba

Grupy zorganizowane studentów

25 zł – 20% na podstawie aktualnej legitymacji studenckiej – 20 zł/os/doba

W obiekcie znajduje się jadalnia z aneksem kuchennym, pralnia, suszarnia i sala konferencyjna do 30 osób.



Wyżywienie

W bezpośrednim sąsiedztwie restauracja „Zakątki Europy” oferująca wyżywienie dla grup zorganizowanych. Śniadania w formie szwedzkiego stołu.

53 zł / osoba / pełne wyżywienie – śniadanie, obiad, kolacja

Indywidualne menu do uzgodnienia z restauracją 89 527 42 78 lub e-mail: biuro@majjwerr.pl
Restauracja wystawia oddzielną fakturę za swoje usługi.

W obiekcie ochrona fizyczna w godzinach nocnych (22-6)

Przy obiekcie parking płatny niestrzeżony:

- samochód osobowy – 10 zł/pierwsza doba, 5 zł/ każda kolejna doba
- bus- 10 zł / doba
- autokar – 30 zł/ doba

Zapraszamy na stronę internetową www.ssmolsztyn.pl
Zakładka Nasze obiekty – obiekt nr 2 Relaks – tutaj można znaleźć galerię zdjęć.

Serdecznie zapraszamy do skorzystania z naszych usług.

Telefon : 89 527 75 34; Fax 89 527 76 84

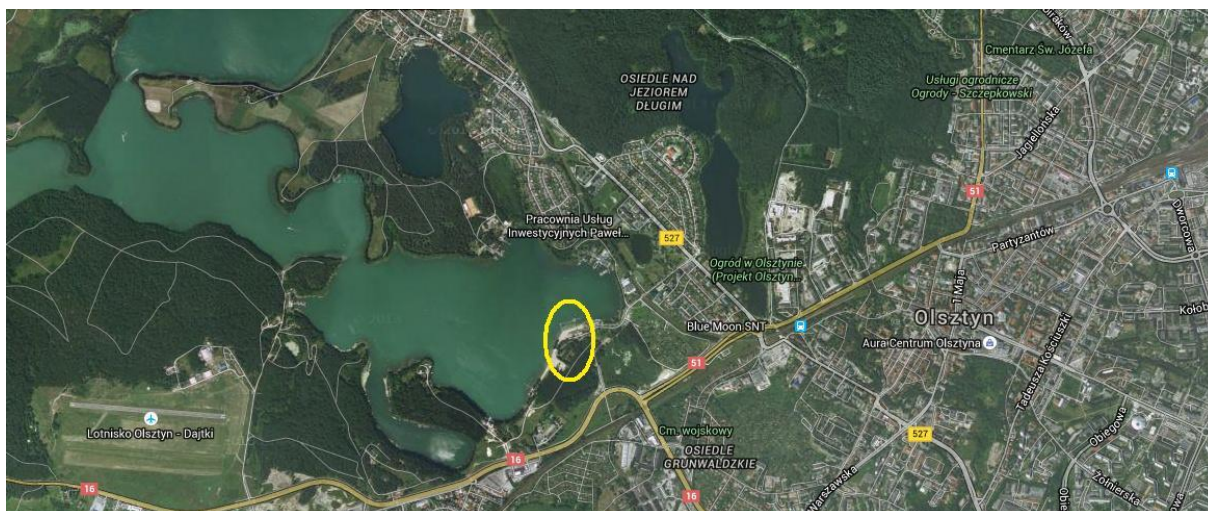
NIP 739-33-26-758

www.ssmolsztyn.pl

21. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- 21.1. Zgłoszenie do zawodów jest równoznaczne z akceptacją postanowień niniejszego Regulaminu IV Mistrzostw Polski w Pływaniu Długodystansowym na Wodach Otwartych
- 21.2. Podczas zawodów obowiązują przepisy FINA i PZP.
- 21.3. W sprawach nie objętych powyższym regulaminem decyduje Naczelnik Zawodów wraz z Sędzią Głównym.
- 21.4. Za aktualne badania lekarskie i licencje odpowiadają kierownicy ekip.

22. MAPA OLSZTYNA- miejsce zawodów:



Do zobaczenia w Olsztynie!
Organizatorzy