



REGULAMIN MISTRZOSTW POLSKI W PŁYWANIU DŁUGODYSTANSOWYM NA WODACH OTWARTYCH

1. Termin i miejsce zawodów.
 - 1.1. Zgodnie z kalendarzem imprez Polskiego Związku Pływackiego, na dany rok.
 - 1.2. PZP zastrzega sobie prawo do zmiany terminu i miejsca zawodów, w drodze zmian kalendarza imprez, bez podania przyczyny.
2. Organizator.
 - 2.1. Głównym organizatorem zawodów jest PZP, który przygotowanie i przeprowadzenie imprezy może zlecać:
 - członkom zwyczajnym PZP,
 - jednostkom samorządu terytorialnego oraz samorządowym jednostkom organizacyjnym,
 - innym jednostkom organizacyjnym posiadającym doświadczenie w organizacji zawodów sportowych.
3. Kierownictwo zawodów - według Zasad Generalnych Regulaminu organizacji zawodów centralnych w pływaniu PZP.
4. Komisja sędziowska - według Zasad Generalnych Regulaminu organizacji zawodów centralnych w pływaniu PZP.
5. Komisja Techniczno - Odwoławcza - według Zasad Generalnych Regulaminu organizacji zawodów centralnych w pływaniu PZP.
6. Uczestnictwo:
 - 6.1. Według pkt. 6 Zasad Generalnych Regulaminu organizacji zawodów centralnych w pływaniu PZP.
 - 6.2. W zawodach mają prawo startu zawodnicy 14-letni i starsi.
 - 6.3. Wydział Szkolenia PZP w uzasadnionych poziomem sportowym przypadkach może wyrazić zgodę na zgłoszenie młodszych zawodników.
7. Zgłoszenia:
 - 7.1. Według pkt 7 Zasad Generalnych Regulaminu organizacji zawodów centralnych w pływaniu.

Zgłoszenia sztafety do konkretnej kategorii wiekowej należy dokonać w terminie zgodnym z pkt 7 Zasad Generalnych Regulaminu organizacji zawodów centralnych w pływaniu.

Zgłoszenia zawodników tylko do wyścigów sztafetowych należy dokonać drogą mailową do obsługi informatycznej imprezy w terminie zgodnym z pkt 7 Zasad Generalnych Regulaminu organizacji zawodów centralnych w pływaniu.
 - 7.2. Skład sztafety może być zgłoszony do obsługi informatycznej do dnia rozgrywania sztafety, jednak nie później niż na 4 godziny przed godziną rozpoczęcia odprawy

technicznej do wyścigów sztafetowych podaną w komunikacie zawodów.

8. Program zawodów, kategorie wiekowe oraz dystanse:

DZIEŃ I - WYŚCIGI INDYWIDUALNE			
KOBIET		MĘŻCZYZN	
1.	5000 m – 14 - 15 lat (młodzik)	1.	5000 m – 14 – 15 lat (młodzik)
2.	7500 m – 16 – 17 lat (junior młodszy)	2.	7500 m – 16 – 17 lat (junior młodszy)
3.	10 000 m – 18 – 19 lat (junior)	3.	10 000 m – 18 – 19 lat (junior)
4.	10 000 m – 20 – 22 lat (młodzieżowiec)	4.	10 000 m – 20 – 22 lat (młodzieżowiec)
5.	10 000 m – OPEN	5.	10 000 m – OPEN
DZIEŃ II - WYŚCIGI INDYWIDUALNE KNOCKOUT SPRINT			
KOBIET		MĘŻCZYZN	
1.	Knockout sprint 14-16 lat	1.	Knockout sprint 14-16 lat
2.	Knockout sprint 17-19 lat	2.	Knockout sprint 17-19 lat
3.	Knockout sprint 20 lat + OPEN	3.	Knockout sprint 20 lat + OPEN
DZIEŃ III – WYŚCIGI SZTAFETOWE			
1. Sztafeta mix 4x1500 m 14-16 lat (2 kobiety + 2 mężczyzn)			
2. Sztafeta mix 4x1500 m 14-19 lat (2 kobiety + 2 mężczyzn)			
3. Sztafeta mix 4x1500 m OPEN (2 kobiety + 2 mężczyzn)			

9. Przepisy techniczne.

9.1.Przepisy ogólne

- Obowiązują przepisy pływania na wodach otwartych World Aquatics.
- Pomiar czasu automatyczny.
- Woda przebadana przez SANEPID, zdatna do kąpiei.
- Na platformie żywieniowej mogą przebywać tylko i wyłącznie osoby wyznaczone jako karmiący dla danego zawodnika.
- Tyczki do karmienia zawodników muszą być zatwierdzone przez sędziego platformy żywieniowej przed rozpoczęciem wyścigu.
- Konkurencje sztafetowe oraz wyścigi na 5 km, 7,5 km oraz 10 km rozgrywane są tylko w formie finałów.
- Konkurencje knockout sprint rozgrywane są w formule eliminacje, półfinał, finał.
- Podczas zawodów prowadzona jest punktacja drużynowa i klasyfikacja medalowa.

9.2.Konkurencje indywidualne 5 km, 7,5 km, 10 km

- Zawodnik ma prawo startu w jednej konkurencji indywidualnej.
- Zawodnik może wystartować w konkurencji dedykowanej dla danego rocznika lub w konkurencji 10 000 m w kategorii OPEN.
- Zawodnicy mogą startować w strojach certyfikowanych przez WA (zgodnych z aktualną listą strojów dopuszczonych do pływania na wodach otwartych).

- Dobór stroju startowego (pianka/ strój tekstylny) uzależniony jest od temperatury wody i zgodny z aktualnymi przepisami WA.
- Zawodnicy startujący na dystansie 7500 m oraz 10 000 m mogą korzystać z platformy na karmienie i posiadać opiekuna, który odpowiedzialny będzie za żywienie zawodnika.

9.3. Konkurencja Knockout sprint

- Kategorie wiekowe zgodnie z programem zawodów.
- Rywalizacja składa się z 3 rundowego wyścigu, składającego się kolejno z eliminacji na dystansie 1500 m, półfinału na dystansie 1000 m i finału na dystansie 500 m.
- Pływak musi skutecznie ukończyć dany wyścig na pozycjach wskazanych w tabeli poniżej aby awansować do kolejnej rundy.
- Pomiędzy seriami przerwa wynosi od 10 do 30 minut zależnie od ilości serii (1 seria - 10 minut).
- Jeśli dany zawodnik nie ukończy serii w podanym limicie nie zostaje dopuszczony do kolejnej serii i kończy rywalizację.
- Jeśli zawodnik startuje w kolejnej serii danego etapu rywalizacji jego przerwa do kolejnej rundy nie ulega wydłużeniu.
- O końcowym wyniku decydują miejsca zajęte w wyścigu finałowym.
- W przypadku sytuacji nie objętych w/w zapisami decydujący głos ma sędzia główny odpowiedzialny za prowadzenie danej konkurencji.

TABELA KONKURENCJI KNOCK OUT SPRINT							
Liczba zgłoszeń	Pierwsza runda – eliminacje			Druga runda – półfinał			Finał
	Liczba serii	Liczba pływaków w serii	Pozycje aby awansować do kolejnej rundy	Liczba serii	Liczba pływaków w serii	Pozycje aby awansować do kolejnej rundy	Liczba pływaków
<12	Konkurencja nie jest rozgrywana						
12-15	1	Wszyscy	Pierwsza 10	1	10	Pierwsza 8	8
16-19	1	Wszyscy	Pierwsza 12	1	12	Pierwsza 8	8
20-24	2	Min. 10- Max 12	Pierwsza 8	1	16	Pierwsza 10	10
25-29	2	Min. 13- Max 15	Pierwsza 10	1	20	Pierwsza 10	10
30-39	2	Min. 15- Max 20	Pierwsza 10	2	10	Pierwsza 5	10
40-59	2	Min. 20- Max 30	Pierwsza 10	2	10	Pierwsza 5	10
60-89	3	Min. 20- Max 30	Pierwsza 10	2	15	Pierwsza 5	10
90- ...	3	Min. 30	Pierwsza 10	2	15	Pierwsza 5	10

9.4. Sztafety

- Kategorie wiekowe zgodnie z programem zawodów.
- Zawodnik ma prawo startu w jednym zespole sztafetowym.
- W sztafecie zawodnik może wystartować tylko i wyłącznie wtedy kiedy wystąpi

przynajmniej w jednej konkurencji indywidualnej na dystansie 5 km, 7,5 km, 10 km lub w konkurencji knockout sprint.

- Zespół sztafetowy składa się z 4 zawodników (2 kobiety/ 2 mężczyzn) z jednego klubu, układ sztafety jest dowolny.
- Pierwsi zawodnicy z każdego zespołu sztafetowego biorącego udział w wyścigu startują wspólnie z miejsca startu (platformy startowej lub z wody).
- Każdy z członków sztafety ma do przełynięcia dystans 1500 m, następny zawodnik może wystartować dopiero po ukończeniu odcinka przez poprzedniego zawodnika.
- O kolejności decyduje pozycja na mecie ostatniego zawodnika.
- W przypadku gdy w zespole sztafetowym jest 4 zawodników z danej kategorii wiekowej jest on sklasyfikowany w danej kategorii wiekowej oraz w kategorii Open.
- W przypadku gdy w zespole sztafetowym zawodnicy są z różnych kategorii wiekowych wówczas jest on sklasyfikowany tylko w kategorii Open.
- Jeśli którykolwiek z zawodników nie ukończy wyścigu lub otrzyma czerwoną kartkę, cała sztafeta zostaje zdyskwalifikowana.

10. Nagrody:

- 10.1. Według pkt 15 Zasad Generalnych Regulaminu organizacji zawodów centralnych w pływaniu PZP.
- 10.2. Medale oraz dyplomy dla trzech pierwszych zawodników i zawodniczek w poszczególnych kategoriach wiekowych oraz dyplomy za miejsca od 4-8.
- 10.3. Medale i dyplomy dla pierwszych trzech zespołów sztafetowych w kategoriach wiekowych oraz dyplomy za miejsca od 4-8.

11. Zasady finansowania. Według Zasad Generalnych Regulaminu organizacji zawodów centralnych w pływaniu PZP.

12. Zabezpieczenie zawodów.

- 12.1. Zgodnie z ustawą z dnia 18 sierpnia 2011 roku *o bezpieczeństwie osób przebywających na obszarach wodnych*; Art. 4. ust. 1 nakazuje się dokonania, we współpracy z policją i działającymi na danym terenie podmiotami, o których mowa w art. 12 ust. 1, analizy zagrożeń, w tym identyfikacji miejsc, w których występuje zagrożenie dla bezpieczeństwa osób wykorzystujących obszar wodny do pływania, kąpania się, uprawiania sportu lub rekreacji.

13. Postanowienia końcowe. Według Zasad Generalnych Regulaminu organizacji zawodów centralnych w pływaniu PZP.