



# REGULAMIN

## ZAWODÓW SIŁACZY

### STRONG MAN 2012

#### 1. CEL:

- Popularyzacja dyscyplin siłowych oraz aktywności ruchowej wśród mieszkańców Gołdapi.
- Integracja środowisk sportowych oraz organizacji zajmujących się kulturą fizyczną
- Promocja Miasta i Gminy Gołdap
- Wyłonienie najlepszych zawodników

#### 2. ORGANIZATOR:

- Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gołdapi

#### 3. SPONSORZY:

- **PHU SEJK, KRYSZTOF PODZIEWSKI – SKŁAD OPAŁOWY - MYJNIA BEZDOTYKOWA**

#### 4. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

- Zawody odbędą się 26 sierpnia 2012r. (niedziela) o godz. 14.00 w Gołdapi na Placu Zwycięstwa ( park w centrum miasta)

#### 5. WARUNKI UCZESTNICTWA:

- W zawodach mogą uczestniczyć zawodnicy, którzy ukończyli 18-ty rok życia.
- Zawodnicy powinni posiadać ważne badania lekarskie stwierdzające brak przeciwwskazań do udziału w zawodach siłowych. W przypadku braku badań, zawodnik zobowiązany jest złożyć pisemne oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w zawodach według wzoru oryginału.
- W zawodach mogą brać udział wyłącznie amatorzy tzn. zawodnicy, którzy nie byli klasyfikowani w zawodach z udziałem zawodowców
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności prawnej za udział w zawodach osób chorych i wynikające z tego wypadki, oraz skutki wypadków podczas zawodów i odszkodowania z tym związane.
- **W zawodach udział bierze maksymalnie 15 zawodników**

#### 6. KATEGORIE:

- Zawody zostaną rozegrane w kategorii OPEN

#### 7. PUNKTACJA ORAZ KOLEJNOŚĆ STARTU:

- W pierwszej konkurencji zawodnicy startują zgodnie z kolejnością wyłonioną podczas losowania, po zapisaniu się i weryfikacji. Od drugiej konkurencji, zawodnicy startując w zależności od zajętego miejsca w poprzedniej konkurencji. Zawodnik prowadzący w ogólnej punktacji startuje jako ostatni, natomiast konkurencję rozpoczyna zawodnik, który zajmuje ostatnie miejsce w łącznej punktacji.

- Do udziału w zawodach zostanie dopuszczonych max 15 zawodników. Zawodnicy rywalizować będą w dwóch konkurencjach eliminacyjnych a 10 najlepszych rywalizować będzie w czterech konkurencjach finałowych. Punkty zdobyte w konkurencji eliminacyjnej będą brane pod uwagę w punktacji ogólnej.
- Zawodnicy punktowani są w następujący sposób: za zajęcie I miejsca w danej konkurencji – 10 punktów, za II miejsce – 9 punktów, za III miejsce 8 – pkt., za IV miejsce 7 – pkt., ..... X miejsce 1 – pkt. Zawody wygrywa zawodnik, który uzyska największą liczbę punktów. W przypadku, gdy po rozegraniu wszystkich konkurencji dwóch lub więcej zawodników uzyska taką samą ilość punktów wygrywa ten zawodnik, który był więcej razy na lepszym miejscu.

## **8. KOMISJA SĘDZIOWSKA:**

- Komisję sędziowską powołuje organizator w składzie 3 osobowym.

## **9. NAGRODY:**

- za I miejsce 700 zł.+ puchar, II – 600 zł.+ puchar, III - 400 zł.+ puchar IV - 250 zł. V - 150 zł. VI - 100 zł.

## **10. KONKURENCJE ELIMINACYJNE:**

- **CIĄgniĘCIE TIR'A W SZELKACH (20 mb)**
- **MARTWY CIĄG (podnoszenie samochodu)**

### **• KONKURENCJE FINAŁOWE:**

- **KONKURENCJA WIĄZANA (opona + kowadło)**
- **SPACER FARMERA (2 x 100kg)**
- **UCHWYT HERKULESA**
- **KOŁO NEPTUNA**

## **11. ZGŁOSZENIA I INFORMACJE:**

- **Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gołdapi ul. Stadionowa 5A 19-500 Gołdap**
- **Telefon kontaktowy: 876-150-461**
- **e-mail: [osir@hot.pl](mailto:osir@hot.pl)**
- **zgłoszenia j/w lub osobiście w dniu zawodów do godz. 13.30**

## **12. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

- Wszystkie sprawy sporne i nieujęte w regulaminie rozstrzyga sędzia główny i organizator.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne wypadki i kradzieże zaistniałe w czasie trwania imprezy.
- Wszyscy zawodnicy startują w zawodach na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatora w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
- Wszyscy zawodnicy zobowiązani są do zapoznania się z regulaminem i do jego przestrzegania.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmian niniejszego regulaminie.

**ORGANIZATOR**



Gołdap, dnia 26.08.2012r.

.....  
imię i nazwisko uczestnika

.....  
adres zamieszkania

## O Ś W I A D C Z E N I E

Upředzony o odpowiedzialności karnej z art. 233 KK za składanie fałszywych zeznań i oświadczam, że **zapoznałem się** z regulaminem obowiązującym w trakcie trwania ZAWODÓW SIŁACZY „**STRONG MAN**” w dniu 26.08.2012r. i zobowiązuję się do jego przestrzegania.

Jednocześnie oświadczam, że jestem świadomy ciężącej na mnie odpowiedzialności cywilnej za szkody jakie mogą wyniknąć w trakcie trwania imprezy oraz oświadczam, że znajduję się w stanie zdrowia pozwalającym na udział w w/w imprezie sportowej.

Startuję na własną odpowiedzialność i nie będę wnosil żadnych pretensji do organizatorów w razie ewentualnego uszczerbku na zdrowiu w wyniku startu w zawodach.

Wyrażam zgodę na przechowywanie i przetwarzanie moich danych osobowych przez Organizatora.

.....  
*data i podpis oświadczającego*

.....  
*przyjmujący oświadczenie (data i podpis)*

---