

## REGULAMIN ZAWODÓW

### GOŁDAP CUP – PŁYWANIE NA WODACH OTWARTYCH

#### I. CEL IMPREZY

- Popularyzacja pływania na wodach otwartych
- Promowanie aktywnego trybu życia
- Integracja środowiska sportowego
- Promocja Gołdapi jako miejsca aktywnego wypoczynku

#### II. ORGANIZATORZY

- Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gołdapi (OSiR Gołdap)
- Fundacja Kolsport

#### III. TERMIN I MIEJSCE

- **Data:** 4 lipca
- **Start zawodów:** godz. 15:00
- **Zakończenie i dekoracja:** ok. godz. 18:00
- **Miejsce:** Plaża Miejska OSiR „Słoneczny Zakątek”  
ul. Promenada Zdrojowa 14, Gołdap

#### IV. DYSTANSE I KATEGORIE

##### Dzieci i młodzież:

- **100 m** – rocznik 2016 i młodsi
- **500 m** – roczniki:
  - 2015–2013
  - 2012–2010

##### Dystans główny:

- **1000 m** – z podziałem na kategorie wiekowe
  - K20 / M20 ( 16-29 )
  - K30 / M30 ( 30-39 )
  - K40 / M40 ( 40-49 )
  - K50 / M50 ( 50-59 )
  - K60+ / M60+ ( 60 + )

## Dystans OPEN:

- **3000 m** – z podziałem na kategorie:
  - K20 / M20 ( 16-29 )
  - K30 / M30 ( 30-39 )
  - K40 / M40 ( 40-49 )
  - K50 / M50 ( 50-59 )
  - K60+ / M60+ ( 60+ )

## V. UCZESTNICTWO

1. Zawody mają charakter otwarty.
2. Każdy uczestnik bierze udział na własną odpowiedzialność.
3. Warunkiem startu jest złożenie oświadczenia o stanie zdrowia:

„Oświadczam, że mój stan zdrowia pozwala mi na udział w zawodach pływackich i startuję na własną odpowiedzialność.”

4. Osoby niepełnoletnie startują za zgodą rodzica/opiekuna.

## VI. ZGŁOSZENIA

- **Kategoria OPEN (1000 m i 3000 m):**  
zapisy do **30 czerwca** przez stronę:  
👉 [e-gepard.pl](http://e-gepard.pl)
- **Dzieci i młodzież:**  
zgłoszenia do 30 czerwca na adres e-mail:  
👉 [zawody@osirgoldap.pl](mailto:zawody@osirgoldap.pl)

## VII. NAGRODY

- **Nagrody główne:**
  - dla najlepszej kobiety i mężczyzny na dystansie **1000 m**
  - dla najlepszej kobiety i mężczyzny na dystansie **3000 m**  
👉 nagroda: **deska SUP**
- **Kategorie wiekowe:**
  - pamiątkowe medale dla uczestników

## VIII. ZASADY RYWALIZACJI

- Start i meta zlokalizowane na Plaży Miejskiej
- Trasa oznaczona bojami
- Zabrania się korzystania ze sprzętu wspomagającego (płetwy, łopatki, deski itp.)
- **Na dystansie 1000 m dopuszcza się start w piankach pływackich.**
- **Na dystansie 3000 m start w piankach pływackich jest zabroniony.**
- Zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad fair play.

## IX. BEZPIECZEŃSTWO

- Zabezpieczenie wodne i ratownicze zapewnia organizator
- Uczestnicy zobowiązani są do stosowania się do poleceń służb zabezpieczających

- Każdy zawodnik może przerwać wyścig, sygnalizując potrzebę pomocy

## **X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zgubione podczas zawodów.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie.
3. Organizator może odwołać zawody z przyczyn niezależnych (np. warunki pogodowe).
4. W sprawach nieujętych regulaminem decyduje organizator.