



**GINA
MIĄCZYN**



**XXIV Powiatowe Igrzyska LZS Mieszkańców Zamojskiej Wsi
- Święto Sportu Powiatu Zamojskiego
I Powiatowa „Aktywna Wieś”
Miączyn 2023**

Komitet Honorowy

Jarosław Stawiarski - Marszałek Województwa Lubelskiego

Stanisław Grzeško - Starosta Zamojski

Ryszard Borowski - Wójt Gminy Miączyn

Komitet Organizacyjny

Sylwester Domina – Przewodniczący Rady Gminy Miączyn

Krzysztof Czerwieńec – Przewodniczący Powiatowego i Miejskiego Zrzeszenia LZS w Zamościu

Konrad Firek - V-ce Przewodniczący Rady P i M Z LZS w Zamościu

mgr Jadwiga Bratkowska – Dyrektor Szkoły Podstawowej w Miączynie

REGULAMIN

I. Cel:

- Popularyzacja sportu, rekreacji i turystyki w środowisku wiejskim i małomiasteczkowym;
- Promocja systemu imprez masowych i turystycznych dostępnych dla wszystkich mieszkańców powiatu zamojskiego;

- Zapewnienie młodzieży czynnego wypoczynku i współzawodnictwa sportowego;
- Wyłonienie Mistrzów Powiatu Zamojskiego LZS w piłce nożnej 5-cio osobowej kobiet i mężczyzn, w siatkówce 3 osobowej kobiet i mężczyzn, koszykówce 3 osobowej kobiet i mężczyzn, oraz przeciąganiu liny kobiet i mężczyzn na rok 2023;
- Wyłonienie najlepszej reprezentacji Złoty Turystyczny dla uczniów szkół podstawowych
- Wyłonienie reprezentacji Powiatu Zamojskiego na XXIV Wojewódzkie Igrzyska Rekreacyjno-Sportowe
- Promocja Powiatu Zamojskiego i Gminy Miączyn;

II. Organizatorzy i Partnerzy

- Powiatowe i Miejskie Zrzeszenie LZS w Zamościu
- Urząd Marszałkowski Województwa Lubelskiego w Lublinie
- Starostwo Powiatowe w Zamościu
- Gmina Miączyn
- Stowarzyszenie Rozwoju Lokalnego „Zamojszczyzna”
- Sponsorzy XXIV Igrzysk

III. Termin i miejsce:

XXIV Powiatowe Igrzyska Rekreacyjno – Sportowe LZS – Święto Sportu Powiatu Zamojskiego odbędą się w dniu 25.06.2023 /niedziela/ na boiskach przy Szkole Podstawowej oraz stadionie sportowym w Miączynie.

IV. Zasady uczestnictwa:

W Igrzyskach prawo startu mają:

1. Członkowie LZS, LKS, ULKS, UKS, oraz innych organizacji współpracujących z wymienionymi na terenie ich działania,
2. Wszyscy zawodnicy muszą posiadać ważne badania lekarskie (dowód osobisty, legitymacja szkolna, legitymacja LZS)

3. Zgłoszenie ilościowe oraz do udziału w grach zespołowych należy przesłać do PiM Z LZS w Zamościu e-mail: lszam@op.pl - do dnia 15 czerwca 2023

V. Program

godz. 9.00 – 9.50 - Przyjazd uczestników, rejestracja udziału w grach zespołowych

godz. 10.00 – Uroczyste Otwarcie XXIV Igrzysk

godz. 10.20 – początek zawodów

Szczegółowy program minutowy zawodów zostanie opublikowany po otrzymaniu zgłoszeń.

Konkurencje i gry drużynowe:

1. Piłka siatkowa kobiet drużyn 3 osobowych

W Igrzyskach uczestniczy drużyna licząca 5 zawodniczek. Startują zawodniczki ur. w roku 2005 i starsze. Turniej zostanie rozegrany na boisku trawiastym o wymiarach 14 m x 7 m.

System rozgrywek zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn. Turniej zostanie przeprowadzony zgodnie z przepisami PZPS.

Zawodniczki muszą posiadać aktualne badania lekarskie.

Losowanie bezpośrednio przed rozpoczęciem zawodów.

2. Piłka siatkowa mężczyzn drużyn 3 osobowych

W Igrzyskach uczestniczy drużyna licząca 5 zawodników. Startują zawodnicy ur. w roku 2005 i starsi. Turniej zostanie rozegrany na boisku trawiastym o wymiarach 18 m x 9 m.

System rozgrywek zostanie podany podczas losowania i uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn. Turniej zostanie przeprowadzony zgodnie z przepisami PZPS.

Zawodnicy muszą posiadać aktualne badania lekarskie. Losowanie bezpośrednio przed rozpoczęciem zawodów.

3. Złot Turystyczny drużyn 4 osobowych

W zlocie uczestniczy po 2 reprezentacje gminy złożone z 3 uczniów szkoły podstawowej pełnoletnim opiekunem. Celem zlotu jest poznanie walorów krajoznawczych i historycznych Gminy Miączyn, promocja szlaków turystycznych Zamojszczyzny, promowanie turystyki pieszej i krajoznawstwa wśród mieszkańców

zamojskiej wsi, wymiana doświadczeń w pracy turystyczno-rekreacyjnej oraz doskonalenie umiejętności związkowych działaczy turystycznych i sportowych w zakresie wdrażania form i metod popularyzacji krajoznawstwa i rekreacji w różnych środowiskach wiejskich.

Zadania do wykonania:

- 1) Każda drużyna powinna posiadać kompas (busolę), długopis, strój reprezentacyjny danej gminy a w czasie realizacji trasy obowiązkowo kamizelki odblaskowe.
- 2) Na starcie otrzymuje mapę okolicy oraz kartę startową.
- 3) Celem jest dotarcie do punktów zaznaczonych na mapie oraz wykonanie zadań zamieszczonych na karcie startowej z zakresu wiadomości i umiejętności geograficznych, przyrodniczych i historycznych. (trasa liczy 3 - 5 km).
- 4) O końcowej klasyfikacji decyduje suma punktów, a następnie czas wykonania.

4. Piłka nożna kobiet drużyn 5 osobowych

W Igrzyskach uczestniczy drużyna licząca 5 zawodniczek w tym bramkarz plus 5 zaw.

rezerwowych. Startują zawodniczki ur. w roku 2005 i starsze. Turniej zostanie rozegrany na boisku trawiastym o wymiarach 25 m x 42 m bramki 2 m x 5 m. Czas gry i system rozgrywek uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn i zostanie podany podczas losowania. Turniej zostanie przeprowadzony zgodnie z przepisami PZPN. Obowiązującym obuwiem są: lanki lub korkotrapki. Obowiązują ochraniacze na nogi. Zawodniczki muszą posiadać aktualne badania lekarskie. (Weryfikacja wieku na podstawie dow. osobistego lub innego dokumentu tożsamości przed każdym meczem). Losowanie bezpośrednio przed rozpoczęciem zawodów.

5. Piłka nożna mężczyzn drużyn 5 osobowych

W Igrzyskach uczestniczy drużyna licząca 5 zawodników w tym bramkarz plus 5 zaw. rezerwowych. Startują zawodnicy ur. w roku 2005 i starsi. Turniej zostanie rozegrany na boisku o nawierzchni trawiastej o wymiarach 25 m x 42 m. Bramki 2 m x 5 m. Czas gry i system rozgrywek uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn i zostanie podany podczas losowania. Turniej zostanie przeprowadzony zgodnie z przepisami PZPN. Obowiązującym obuwiem są: lanki lub korkotrapki. Obowiązują ochraniacze na nogi. Zawodnicy muszą posiadać aktualne badania lekarskie. Weryfikacja wieku na podstawie dow. osobistego lub innego dokumentu tożsamości przed każdym meczem. Losowanie bezpośrednio przed rozpoczęciem zawodów.

6. Koszykówka kobiet drużyn 3 osobowych

Igrzyskach uczestniczy drużyna licząca 5 zawodniczek. Startują zawodniczki ur. w roku 2005 i starsze. Turniej zostanie rozegrany na boisku w hali sportowej na 1/2 części boiska. Gra na jeden kosz. System rozgrywek oraz czas gry zostanie podany podczas weryfikacji i uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn. Zawodniczki muszą posiadać aktualne badania lekarskie. Podczas turnieju obowiązują przepisy PZKosz. Losowanie bezpośrednio przed rozpoczęciem zawodów

7. Koszykówka mężczyzn drużyn 3 osobowych

W Igrzyskach uczestniczy drużyna licząca 5 zawodników. Startują zawodnicy ur. w roku 2005 i starsi. Turniej zostanie rozegrany na boisku tartanowym lub w hali sportowej na 1/2 części boiska. Gra na jeden kosz. System rozgrywek oraz czas gry zostanie podany podczas weryfikacji i uzależniony będzie od ilości zgłoszonych drużyn. Zawodniczki muszą posiadać aktualne badania lekarskie. Podczas turnieju obowiązują przepisy PZKosz. Losowanie bezpośrednio przed rozpoczęciem zawodów.

8. Przeciąganie liny kobiet

W Igrzyskach uczestniczy drużyna w 5-cio osobowym składzie. Startują zawodniczki ur. w roku 2005 i starsze. Konkurencja rozegrana będzie systemem pucharowym, mecz do dwóch wygranych. System „rosyjski”. Obowiązuje obuwanie sportowe o płaskich podeszwach, bez kolców, korków, obcasów, obuwanie typu „traper”. Losowanie bezpośrednio przed rozpoczęciem zawodów.

9. Przeciąganie liny mężczyzn

W Igrzyskach uczestniczy drużyna w 5-cio osobowym składzie. Startują zawodnicy ur. w roku 2005 i starsi. Konkurencja rozegrana będzie systemem pucharowym, mecz do dwóch wygranych. System „rosyjski”. Obowiązuje obuwanie sportowe o płaskich podeszwach bez kolców, korków, obcasów, obuwanie typu „traper”. Losowanie bezpośrednio przed rozpoczęciem zawodów.

10. Przenoszenie worków z piaskiem, rocz. 2005 i starsi

Startuje jedna reprezentacja z gminy w 3 osobowym składzie. Każdy zawodnik przenosi wahadłowo worki z piaskiem o wadze 50 kg, 40 kg, 30 kg na trasie 20 m. O zwycięstwie decyduje najlepszy czas uzyskany przez drużynę.

11. Dwubój dla gminnych władz samorządowych. Startują 3 osoby: Wójt, burmistrz lub kierownik wydziału; 1 radny; 1 działacz LZS z terenu gminy. Rzut lotką do tarczy punktowej (1-10 pkt) z odległości 2,5 m, 3 rzuty próbne, 5 ocenianych, Rzut podkową - 2 rzuty próbne, 5 ocenianych. O kolejności zajętych miejsc decyduje łączna ilość zdobytych punktów przez drużynę.

Konkurencje indywidualne:

1. Skok w dal z miejsca chłopców i dziewcząt rocznik 2008-2009 oraz rocznik 2010 i młodsi. Każda gmina może wystawić w tej konkurencji po 2 zawodników i 2 zawodniczki w każdej kategorii.

2. Bieg na 60 m chłopców i dziewcząt rocznik 2008-2009 oraz rocznik 2010 i młodsi. Każda gmina może wystawić w tej konkurencji po 2 zawodników i 2 zawodniczki w każdej kategorii.

3. Rzut lotką do tarczy punktowej (1-10 pkt) z odległości 2,5 m, 3 rzuty próbne, 5 ocenianych,

- kobiety, rocz. 2005 i starsze oraz 50+

- mężczyźni, rocz. 2005 i starsi oraz 50+

W każdej kategorii wiekowej gmina może wystawić po 2 zawodniczek i 2 zawodników, którzy wykonują rzuty do tarczy punktowej z odległości 2,5 m – 3 rzuty próbne, 5 ocenianych. W przypadku równej ilości punktów decydują rzuty o wartości 10, 9, 8 pkt

4. Rzut podkową – 2 rzuty próbne, 5 ocenianych

- kobiety, rocz. 2005 i starsze oraz 50+

- mężczyźni, rocz. 2005 i starsi oraz 50+

W każdej kategorii wiekowej gmina może wystawić po 2 zawodniczek i 2 zawodników

5. Konkurs siłacza – wyciskanie odważnika 16 kg, rocz. 2005 i starsi

Gmina może wystawić do konkursu dowolną ilość zawodników. Zawodnicy wyciskają lewą lub prawą ręką odważnik na wyprostowane ramię bez uginania nóg w kolanach i odrywania stóp od podłoża. W przypadku nieprawidłowego wykonania, próba nie będzie zaliczona, a sędzia prowadzący może ją przerwać i zakończyć próbę. Decyzja sędziego jest ostateczna. O kolejności miejsc decyduje ilość prawidłowo wykonanych prób.

6. Przerzucanie opony traktorowej, rocz. 2005 i starsi.

Gmina może wystawić 3 zawodników do konkursu. Zawodnik przerzuca oponę na dystansie 20 m. O zwycięstwie decyduje najlepszy czas uzyskany przez zawodnika.

7. Warcaby 100-polowe – kobiety i mężczyźni 50 + – każda gmina może wystawić po 2 zawodniczek i 2 zawodników.

VI. ZGŁOSZENIA:

Zgłoszenie ilościowe i potwierdzenie startu drużyn w poszczególnych konkurencjach w XXIV Igrzyskach LZS do dnia 15.06.2023 na adres: Powiatowe i Miejskie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe w Zamościu, ul. Królowej Jadwigi 8, 20-400 Zamość e mail:

lzsam@op.pl. Bliższych informacji dotyczących imprezy udziela Wiceprzewodniczący PiMZ LZS w Zamościu Pan Konrad Firek.

VII. PUNKTACJA:

Konkurencje indywidualne:

I miejsce – 12 pkt, II -10 pkt, III – 8 pkt, IV – 7 pkt, V – 6 pkt, VI – 5 pkt, VII – 4 pkt, VIII – 3 pkt, IX – 2 pkt, X – 1 pkt.

Konkurencje drużynowe, przeciąganie liny:

I miejsce – 25 pkt, II – 20 pkt, III – 15 pkt, IV – 13 pkt, V – 11 pkt, VI – 10 pkt, VII – 9 pkt, VIII – 8 pkt, IX – 7 pkt, X – 6 pkt, od IX – po 5 pkt za udział.

Gry sportowe:

I miejsce – 30 pkt, II – 25 pkt, III – 20 pkt, IV – 15 pkt, pozostałe po 10 pkt.

VIII. NAGRODY:

za zajęcie I, II, III miejsca w konkurencjach indywidualnych – medale i drużynowych – puchary, za zajęcia I-VI miejsca w punktacji końcowej gmin puchary, w ramach I Powiatowej „Aktywnej Wsi” najlepsze gminy za zajęcie miejsc I-III otrzymają puchary.

IX. KOSZTY

Koszty organizacyjne PiM Z LZS w Zamościu pokrywa ze środków pochodzących z Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubelskiego w Lublinie, Starostwa Powiatowego w Zamościu oraz sponsorów, koszty uczestnictwa – ekipy uczestniczące w Igrzyskach.

X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- wszystkich zawodników obowiązują stroje sportowe
 - prawo interpretacji regulaminu przysługuje PiM Z LZS w Zamościu i Sędziemu Głównemu Igrzysk LZS,
 - przy dokonywaniu potwierdzeń – zgłoszeń drużyn do udziału w Igrzyskach prosimy o podanie telefonów i adresów kontaktowych kierowników drużyn, - zawodnicy uczestniczący w Igrzyskach są ubezpieczeni przez PiM Z LZS w Zamościu o NNW od momentu wyjścia z domu do powrotu,
 - PiM Z LZS zapewni dla uczestników Igrzysk gorący posiłek i wodę,
 - zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z obowiązującymi obostrzeniami epidemicznymi.
- Zadanie realizowane przy wsparciu środków finansowych z Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubelskiego w Lublinie i Starostwa Powiatowego w Zamościu.



**Powiatowe i Miejskie Zrzeszenie
Ludowe Zespoły Sportowe w Zamościu**

22-400 Zamość, ul. Królowej Jadwigi 8, tel./fax. (084) 638 66 79
Konto: PEKAO S.A. II O/Zamość 13 1240 2005 1111 0000 1764 7977
www.lzszamosc.y0.pl e-mail: lzzsam@op.pl