**Mikołajki na sportowo na rzecz Dzieci z Domu Dziecka w Ostrołęce**

**Regulamin organizacyjny**

**Organizator:**Uczniowski Klub Sportowy „CLAN” w Ostrołęce, ul Traugutta 2, 07-410 Ostrołęka, http://uks-clan.cba.pl/ email: [clan.lekkoatletyka@gmail.com](mailto:clan.lekkoatletyka@gmail.com), tel. kontaktowe: 506799655, 602711305  **Współpraca :** Miasto Ostrołęka, Miejski Zarząd Obiektów Sportowo-Turystycznych i Infrastruktury Technicznej, II LO im. C.K. Norwida w Ostrołęce, NSZZ Solidarność, Oddział w Ostrołęce **Termin:** 06.12.2016 r.  **Miejsce:** Obiekty MZOST i IT – hala A. Gołasiai tereny przy hali A. Gołasia. Biuro zawodów (hala A. Gołasia) czynne w godzinach 8.00- 13.00  **Cele imprezy:** Popularyzacja różnorodnych form aktywności fizycznej, promowanie aktywnego, zdrowego stylu życia**.** Integracja międzypokoleniowa. Zbiórka upominków Mikołajkowych dla Dzieci z Domu Dziecka w Ostrołęce **-** Bieg zwinnościowo – koordynacyjny 4 x 20 m z przeniesieniem klocków K, M (zasady jak w MTSF) (2 próby) **-** Skok w dal z miejsca, 5-skok z miejsca ( 4próby) **-** Rzut piłką lekarską w tył K (3kg) M (4kg) Dz (2kg) (4próby) **-** Zwis na ugiętych rękach K , Podciąganie na drążku M (2 próby) **-** Koszykówka indywidualnie K, M – jak w Narodowym Programie Rozwoju Sportu(2 próby) - **Bieg na 1000m w czapce Mikołaja przy hali A. Gołasia** (biegi K i M na czas)

**Wyróżnienia** – za 3 pierwsze miejsca w kategoriach wiekowych Kobiet i Mężczyzn.

**Klasyfikacja w** **kategoriach wiekowych Kobiet i Mężczyzn**:

Maluchy – rocznik 2007 i młodsi (do 9 lat), Dzieci młodsze - rocznik 2005-2006 (10-11 lat), Dzieci starsze 2003-2004 (12-13lat), Młodzicy 2001 -2002 (14-15 lat), Juniorzy młodsi 1999-2000 ( 16-17 lat), Juniorzy 1997-1998 (18-19 lat), OPEN U 20+

**Zgłoszenia i uczestnictwo:** Zgłoszenia reprezentacji szkół do 15 osób (łącznie dziewcząt i chłopców wraz z opiekunem) **do 30 listopada** na adres e-mail UKS „CLAN” w Ostrołęce - [clan.lekkoatletyka@gmail.com](mailto:clan.lekkoatletyka@gmail.com)

Do zawodów dopuszczeni są zawodnicy posiadający aktualne badania lekarskie i ubezpieczenie NNW lub oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność, a w przypadku osób nieletnich poniżej 18 roku życia oświadczenie rodzica/prawnego opiekuna o odpowiedzialności za osobę nieletnią.

Każdy zawodnik zobowiązany jest do zweryfikowania się w biurze zawodów za okazaniem dokumentu tożsamości i złożenia stosownego oświadczenia w dniu zawodów .

Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem imprezy i zobowiązany jest do jego przestrzegania.

Złożenie zgłoszenia i oświadczenia oznacza, że zawodnik dobrowolnie zdecydował się na udział w imprezie wyłącznie na własną odpowiedzialność, zapoznał się z regulaminem imprezy, akceptuje go i zobowiązuje się do jego przestrzegania.

Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz swojego wizerunku dla potrzeb klasyfikacji i promocji.

Wzory karty zgłoszeń, oświadczenia i zgody rodziców/prawnych opiekunów , listy zgłoszeń oraz wyniki końcowe dostępne będą na stronie http://uks-clan.cba.pl/ w zakładce DOKUMENTY.

Każdy zawodnik może wziąć udział w dowolnej ilości konkurencji.

**Program minutowy (projekt):**

8.00 - 13.00 - Otwarcie biura zawodów, 8.00 – 8.30 – Rozgrzewka, 8.30 – Otwarcie imprezy, powitanie uczestników, 8.30 – 12.00 – wszystkie w/w konkurencje rozgrywane na hali A. Gołasia, 12.10 - Bieg w czapce Mikołaja przy hali A. Gołasia, ok. 12.30 – Podsumowanie, ogłoszenie wyników, wręczenie wyróżnień, zakończenie imprezy.

**Postanowienia końcowe:**

Obowiązuje strój i obuwie sportowe oraz czapka Mikołaja. Organizator zapewnia ręczny pomiar czasu. Pomiar odległości skoków i rzutów z dokładnością do 1cm. Na czas imprezy organizator zapewnia opiekę medyczną i techniczną. Organizator zobowiązuje się do posiadania stosownego ubezpieczenia, obligatoryjnie wymaganego przez przepisy prawa powszechnie obowiązującego. Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione w trakcie imprezy. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.