

REGULAMIN



1. CEL I ZAŁOŻENIA SPORTOWE IMPREZY

- Popularyzacja pływania wśród dzieci, młodzieży i osób dorosłych.
- Umożliwienie sprawdzenia swoich umiejętności pływackich i poprawności stylowej oraz poznanie przepisów pływackich Polskiego Związku Pływackiego (PZP) i Międzynarodowej Federacji Pływania (FINA).
- Sportowa rywalizacja i współzawodnictwo w poszczególnych kategoriach wiekowych.
- Wyłonienie najwszechstronniejszych i najszybszego pływaka w poszczególnych kategoriach wiekowych.
- Promowanie aktywnego sposobu spędzania czasu wolnego.

2. ORGANIZATOR

- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mińsku Mazowieckim.
- Klub Sportowy „BARAKUDA”

3. MIEJSCE I TERMIN ZAWODÓW

- Aquapark Miejski, 05-300 Mińsk Mazowiecki, ul. Wyszyńskiego 56.
- W ramach II Grand Prix zostanie rozegranych 10 rund, w jedną sobotę miesiąca od września 2011 do czerwca 2012 według następującego wykazu: (24.09/ 29.10/ 26.11/ 17.12/ 7.01/ 25.02/ 31.03/ 28.04/ 26.05/ FINAŁ – 23.06).
- Każda runda zostanie przeprowadzona o godz. 14.00 (harmonogram zawodów punkt 7 niniejszego regulaminu) na trzech torach basenu pływackiego (tory nr 4, 5, 6).

4. ZASADY I WARUNKI UDZIAŁU W GRAND PRIX

- W II Grand Prix może wziąć udział każda osoba, u której nie stwierdzono przeciwwskazań do podjęcia wysiłku fizycznego, jaki występuje podczas pływania.
- Każdy uczestnik startuje w zawodach na własną odpowiedzialność.
- Start we wszystkich rundach II Grand Prix jest bezpłatny.
- Opiekunowie, którzy chcą wejść na pływalnię z dziećmi, muszą wykupić bilet wstępu wg obowiązującego cennika.
- Ustala się limit startujących zawodników w jednej rundzie cyklu, który wynosi 60 osób. O starcie decyduje kolejność zgłoszeń w biurze zawodów w dniu imprezy.
- W przypadku dużego zainteresowania startem większej ilości osób, organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie zezwalających na start większej grupie zawodników.
- Uczestnicy, którzy nie ukończyli 18 roku życia muszą dostarczyć organizatorom pisemną zgodę rodzica lub opiekuna prawnego.
- Wszyscy uczestnicy w dniu zawodów zobowiązani są do podpisania oświadczenia o zapoznaniu się z regulaminem Grand Prix i regulaminami obowiązującymi na terenie Aquapark Miejski.
- Wszyscy uczestnicy w dniu zawodów zobowiązani są do złożenia pisemnego oświadczenia o stanie zdrowia oraz o wyrażeniu zgody na przetwarzanie ich danych osobowych i wizerunku wyłącznie do materiałów związanych z cyklem Grand Prix i promujących zawody (np. sprawozdania w prasie i na stronie www.mosir.org.pl, publikacja zdjęć z wizerunkiem uczestników turnieju, publikacja wyników zawodów)
- Pliki oświadczeń do pobrania na www.mosir.org.pl/doc/oswiadczenia/osw-niepelnoletni.pdf, www.mosir.org.pl/doc/oswiadczenia/osw-pelnoletni.pdf.

- Zawodnicy w dniu zawodów zgłaszają się do sędziego i dokonują weryfikacji kategorii wiekowej na podstawie aktualnego dokumentu tożsamości ze zdjęciem.
- **Każdy zawodnik podczas każdej rundy obowiązkowo startuje trzykrotnie płynąc trzema stylami (styl grzbietowy, styl klasyczny i styl dowolny).**
- Niepodjęcie próby w jednym ze stylów spowoduje dyskwalifikację zawodnika z całego cyklu Grand Prix.
- Trzykrotne wywołanie zawodnika na start spowoduje dyskwalifikację zawodnika.
- Zawodnik może oddać skok startowy ze słupka startowego (z wyłączeniem stylu grzbietowego) lub z brzegu basenu, może też wystartować bez skoku z wody.
- W przypadku osób niepełnosprawnych sposób przeprowadzenia prób pływackich w poszczególnych stylach uzależniony będzie od stopnia niepełnosprawności. Zawodnicy niepełnosprawni nie są zobowiązani do startu we wszystkich trzech stylach pływackich.
- Pomiar czasu dokonywany będzie stoperem ręcznym z dokładnością do 0,1s i zaokrąglany w myśl zasady (czas 35.44 zostanie zapisany jako 35.40, czas 35.45 jako 35.50).
- Każdy zawodnik zostanie sklasyfikowany w każdym stylu pływackim, uzyskane punkty za każdy styl sumuje się, otrzymując w ten sposób ilość punktów do klasyfikacji na najwszechstronniejszego zawodnika.
- Najlepszy czas uzyskany przez zawodnika w jednym z trzech startów, zostanie zaliczony do klasyfikacji na najszybszego zawodnika.
- Po zakończeniu ostatniego wyścigu wszyscy zawodnicy mają obowiązek opuścić pływalnię w ciągu 15 minut. Zawodnik, który w tym czasie osobiście nie zwróci kluczyka do szafki kasjerkom zostanie zdyskwalifikowany z całego cyklu Grand Prix.
- Do klasyfikacji końcowej całego cyklu Grand Prix zostanie zaliczone 7 najlepszych rund danego zawodnika.

5. KLASYFIKACJE, KATEGORIE, STYLE I DYSTANSE

- W ramach II GRAND PRIX prowadzone będą dwie klasyfikacje:
- Klasyfikacja na najwszechstronniejszego zawodnika w każdej kategorii wiekowej.
- Klasyfikacja na najszybszego zawodnika w każdej kategorii wiekowej.

Zawody rozegrane zostaną w następujących kategoriach wiekowych z podziałem na płeć kobiet i mężczyzn:

- | | |
|---------------------------|-------------------------------------|
| 1) kat. SP III i młodsze, | 5) kat. 26 – 40, |
| 2) kat. SP IV – VI, | 6) kat. 41 – 55, |
| 3) kat. GIMNAZJUM , | 7) kat. 56 i starsi, |
| 4) kat. 17 – 25, | 8) kat. dla osób niepełnosprawnych. |

Wszyscy zawodnicy w ramach każdej rundy płyną obowiązkowo trzema stylami pływackimi (wg FINA):

- STYL GRZBIETOWY

SW 6.1 Pływacy ustawiają się w wodzie twarzą do krawędzi startowej pływalni trzymając obydwoma dłońmi uchwyty startowe. Umieszczanie stóp na rynnach przelewowych lub stanie na nich jest zabronione.

SW 6.2 Na sygnał startu i po nawrocie, pływak odbija się i płynie na plecach przez cały wyścig, z wyjątkiem gdy wykonuje nawrót, jak to stanowi SW 6.4. Normalna pozycja na plecach dopuszcza obrót wzdłuż podłużnej osi ciała do, lecz nie włączając 90 stopni od poziomu. Pozycja głowy nie ma znaczenia.

SW 6.3 Część ciała pływaka, przez cały czas trwania wyścigu musi „łamać” powierzchnię wody. Dozwolone jest całkowite zanurzenie się pływaka w czasie nawrotu, finiszu i na dystansie nie dłuższym niż 15 metrów po starcie i po każdym nawrocie. Przed tym punktem głowa musi „złamać” powierzchnię wody.

- STYL KLASYCZNY

SW 7.1 Po starcie i po każdym nawrocie, pływak może wykonać jeden ruch ramion całkowicie do tyłu w kierunku nóg w czasie którego może być zanurzony. Pojedyncze delfinowe kopnięcie jest dozwolone w czasie pierwszego ruchu ramion, po którym następuje kopnięcie w stylu klasycznym.

SW 7.2 Od rozpoczęcia pierwszego ruchu ramion po starcie i po każdym nawrocie, ciało musi znajdować się w pozycji na piersiach. Obrót ciała na plecy, w żadnym momencie nie jest dozwolony.

W czasie wyścigu cykl ruchowy musi się składać z jednego ruchu ramionami i jednego kopnięcia nogami w tej kolejności. Wszystkie ruchy ramion muszą odbywać się równocześnie i w tej samej poziomej płaszczyźnie, bez ruchu naprzemiennego.

SW 7.3 Dłonie muszą być wypchnięte razem do przodu od piersi, na, pod lub nad powierzchnią wody. Łokcie muszą być pod wodą, z wyjątkiem ostatniego ruchu przed nawrotem, w czasie nawrotu i ostatniego ruchu na finiszu. Dłonie muszą być przenoszone do tyłu, na lub pod powierzchnią wody. Dłonie nie mogą być przeniesione do tyłu poza linię bioder, z wyjątkiem pierwszego ruchu po starcie i każdym nawrocie.

SW 7.4 W czasie każdego kompletnego cyklu ruchowego jakaś część głowy pływaka musi „łamać” powierzchnię wody. Głowa musi „złamać” powierzchnię wody zanim dłonie rozpoczną ruch do wewnątrz przy najszerszej części drugiego ruchu. Wszystkie ruchy nóg muszą odbywać się równocześnie i w tej samej poziomej płaszczyźnie bez ruchu naprzemiennego.

SW 7.5 W czasie napędzającej części ruchu nóg stopy muszą być zwrócone na zewnątrz. Nie jest dozwolony, z wyjątkiem SW 7.1, ruch nożycowy, „trzepotanie” stopami ani ruch delfinowy stóp ku dołowi. Dozwolone jest „złamanie” powierzchni wody stopami o ile nie następuje po nim kopnięcie delfinowe ku dołowi.

SW 7.6 Przy każdym nawrocie i przy zakończeniu wyścigu dotknięcie ściany musi być równoczesne obydwoma dłońmi, na poziomie wody, powyżej lub poniżej lustra wody. Głowa może być zanurzona po ostatnim pociągnięciu ramion przed dotknięciem ściany, pod warunkiem, że "złamanie" ona lustro wody w jakimś momencie trwania ostatniego, pełnego lub niepełnego cyklu ruchowego, poprzedzającego dotknięcie ściany.

- STYL DOWOLNY

SW 5.1 Styl dowolny oznacza, że w tak określonej konkurencji zawodnik może płynąć każdym sposobem, z wyjątkiem sposobu przewidzianego dla konkurencji stylu zmiennego w konkurencji indywidualnej i sztafety zmiennej, styl dowolny oznacza każdy inny sposób pływania niż grzbietowy, klasyczny lub motylkowy.

SW 5.2 Po przepłynięciu każdej długości pływalni i przy zakończeniu wyścigu, pływak musi dotknąć ściany dowolną częścią ciała.

SW 5.3 Część ciała pływaka, przez cały czas trwania wyścigu musi „łamać” powierzchnię wody, z wyjątkiem, że dozwolone jest całkowite zanurzenie się pływaka w czasie nawrotu i na dystansie nie dłuższym niż 15 metrów po starcie i po każdym nawrocie. Przed tym punktem, głowa musi „złamać” powierzchnię wody. Przepis ten nie dotyczy zawodników niepełnosprawnych.

Zawodnicy pływają na następujących dystansach. Kategoria SP III i młodsze oraz osoby niepełnosprawne płyną na dystansie 25 m. Pozostałe kategorie pływają na dystansie 50 m.

6. PUNKTACJA GRAND PRIX

O kolejności w poszczególnych stylach pływackich decyduje uzyskany czas.

Za zajęte miejsca zawodnik otrzymuje następującą ilość punktów:

1 m-ce – 15 pkt.,	8 m-ce – 6 pkt.,
2 m-ce – 13 pkt.,	9 m-ce – 5 pkt.,
3 m-ce – 11 pkt.,	10 m-ce – 4 pkt.,
4 m-ce – 10 pkt.,	11 m-ce – 3 pkt.,
5 m-ce – 9 pkt.,	12 m-ce – 2 pkt.,
6 m-ce – 8 pkt.,	13 m-ce i niższe – 1 pkt.,
7 m-ce – 7 pkt.,	

O kolejności w klasyfikacji na najwzszechstronniejszego zawodnika w każdej rundzie decyduje suma punktów uzyskana za poszczególne style pływackie.

Za poszczególne miejsca zawodnik otrzymuje następującą ilość punktów:

1 m-ce – 25 pkt.,	7 m-ce – 9 pkt.,
2 m-ce – 20 pkt.,	8 m-ce – 7 pkt.,
3 m-ce – 17 pkt.,	9 m-ce – 5 pkt.,
4 m-ce – 15 pkt.,	10 m-ce – 3 pkt.,
5 m-ce – 13 pkt.,	11 m-ce i niższe – 1 pkt.,
6 m-ce – 11 pkt.,	

O kolejności w klasyfikacji na najszybszego zawodnika w każdej rundzie decyduje suma punktów uzyskana za miejsce w klasyfikacji utworzonej na podstawie najlepszych czasów zawodników w każdej kategorii wiekowej .
Za poszczególne miejsca zawodnik otrzymuje następującą ilość punktów:

1 m-ce – 15 pkt.,	8 m-ce – 6 pkt.,
2 m-ce – 13 pkt.,	9 m-ce – 5 pkt.,
3 m-ce – 11 pkt.,	10 m-ce – 4 pkt.,
4 m-ce – 10 pkt.,	11 m-ce – 3 pkt.,
5 m-ce – 9pkt.	12 m-ce – 2 pkt.,
6 m-ce – 8 pkt.,	13 m-ce i niższe – 1 pkt.,
7 m-ce – 7 pkt.,	

7. HARMONOGRAM GRAND PRIX

Każda runda zostanie przeprowadzona według następującego harmonogramu:

14.00 – 14.30	rejestracja zawodników w biurze zawodów w holu Aquaparku.
14.30 – 14.45	wejście na pływalnię, rozgrzewka i rozpiływanie.
14.45 – 14.50	powitanie zawodników i otwarcie zawodów.

14.50 – 15.20 I seria startów – styl grzbietowy:

I.1 kat. SP III i młodsze,	I.5 kat. 26 – 40,
I.2 kat. SP IV – VI,	I.6 kat. 41 – 55,
I.3 kat. GIMNAZJUM,	I.7 kat. 56 i starsi,
I.4 kat. 17 – 25,	I.8 kat. osób niepełnosprawnych.

15.20 – 15.50 II seria startów – styl klasyczny:

II.1 kat. SP III i młodsze,	II.5 kat. 26 – 40,
II.2 kat. SP IV – VI,	II.6 kat. 41 – 55,
II.3 kat. GIMNAZJUM,	II.7 kat. 56 i starsi,
II.4 kat. 17 – 25,	II.8 kat. osób niepełnosprawnych.

15.50 – 16.20 III seria startów – styl dowolny:

III.1 kat. SP III i młodsze,	III.5 kat. 26 – 40,
III.2 kat. SP IV – VI,	III.6 kat. 41 – 55,
III.3 kat. GIMNAZJUM,	III.7 kat. 56 i starsi,
III.4 kat. 17 – 25,	III.8 kat. osób niepełnosprawnych.

16.20 – 16.30	zakończenie zawodów i opuszczenie basenu przez zawodników.
----------------------	---

8. NAGRODY

- Medale i dyplomy za miejsca 1-3 całego cyklu Grand Prix w klasyfikacji na najwszechstronniejszego zawodnika we wszystkich kategoriach wiekowych.
- Puchar i dyplom za 1 miejsce całego cyklu Grand Prix w klasyfikacji na najszybszego zawodnika we wszystkich kategoriach wiekowych.
- Puchar i dyplom dla najmłodszego zawodnika w kat. chłopcy i dziewczęta.
- Puchar i dyplom dla najstarszego zawodnika w kat. mężczyźni i kobiety.
- Po zakończeniu cyklu Grand Prix zawodnicy z miejsc 1-3 klasyfikacji na najwszechstronniejszego zawodnika każdej kategorii wiekowej otrzymają nagrody rzeczowe.

9. POZOSTAŁE POSTANOWIENIA

- Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w powyższym regulaminie.
 - Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora cyklu Grand Prix.
 - Za rzeczy zagubione podczas zawodów organizator nie odpowiada.
-