



WATAHA



**Stowarzyszenie Proobronne Centrum Edukacji WATAHA oraz
4 Koła PTS Płońsk sekcja lekkiej atletyki**

REGULAMIN

**I Unitarnego Biegu Terenowo-Strzeleckiego
*Zawsze Sprawni***

I. Organizator:

Stowarzyszenie Proobronne Centrum Edukacji Wataha z s. w Płońsku
4 Koła PTS Płońsk – sekcja lekkiej atletyki

II. Sponsorzy:

Starostwo Powiatowe w Płońsku
Bank Spółdzielczy w Płońsku
Nadleśnictwo Płońsk

III. Współorganizatorzy:

Urząd Gminy Płońsk
Zespół Szkół nr 1 im. Stanisława Staszica w Płońsku
Zespół Szkół im. Królowej Jadwigi w Czerwińsku nad Wisłą
Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Płońsku
Ochotnicza Straż Pożarna
LOK

IV. Patronat medialny:

Radio Płońsk 93,6 FM

V. Cel:

1. Propagowanie zdrowego stylu życia w ramach nowych form aktywności.
2. Propagowanie historii Polski oraz wartości patriotycznych.
3. Promowanie sprawności fizycznej i zdolności obronnych.
4. Zwiększenie świadomości oraz umiejętności dotyczących strzelectwa.

VI. Idea zawodów:

1. Dbanie o sprawność indywidualną z elementami obronnymi, aby mieć zdolności do stawiania czoła wyzwaniom, gdyby pojawiło się zagrożenie.

2. Zdrowi i sprawni Polacy to gwarant silnej Polski.
3. Poprzez sport i rekreację do zdrowia pojedynczego człowiek.

VII. Termin:

02 października 2021 roku w godz. 10:00 – 14:00

VIII. Program zawodów:

godz. 9:00 – otwarcie biura zawodów

godz. 10:00 otwarcie zawodów

godz. 10:10 szkolenie/instruktaż (strzelectwo)

godz. 11:00 strzelectwo - rozpoczęcie rywalizacji strzeleckiej

godz. 13:00 bieg terenowy - rozpoczęcie rywalizacji biegowej

godz. 14:00 ogłoszenie wyników, podsumowanie, wręczenie nagród, zakończenie

IX. Miejsce.

strzelanie - Strzelnica Sportowa w Szerominku gm. Płońsk

bieg ok. 4km - Szerominek gm. Płońsk (asfalt, las)

X. Warunki uczestnictwa:

1. Zawody składają się z dwóch konkurencji: strzelectwa oraz biegu na dystansie ok. 4km.
2. Uczestnicy zawodów mogą wziąć udział w rywalizacji indywidualnej (strzelectwo oraz bieg), ale również w rywalizacji drużynowej (drużyny 4 osobowe - damskie, męskie lub mieszane). Nie jest możliwy udział w rywalizacji drużynowej bez udziału indywidualnego.
3. Prawo startu mają zawodniczki/cy, którzy do dnia 02.10.2021r.. ukończyli 18 lat oraz przedstawią aktualne zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub własnoręcznie złożą podpis pod oświadczeniem o zdolności do udziału w zawodach na własną odpowiedzialność. Dopuszcza się udział zawodników poniżej 18 roku życia za pisemnym pozwoleniem rodziców/opiekunów.
4. Każdy uczestnik/czka otrzyma numer startowy.
5. Każdy uczestnik/czka otrzyma posiłek regeneracyjny oraz wodę.
6. Każdy uczestnik nie mający kompetencji strzeleckich weźmie udział, według programu minutowego, w szkoleniu i instruktażu pod kierunkiem uprawnionych osób - Instruktorów.

XI. Zgłoszenia:

1. Udział w zawodach odbywa się drogą elektroniczną poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie elektroniczne zapisy.pl z zaznaczeniem odpowiednich kategorii/ udziału zespołowego oraz dokonaniu opłaty startowej w wysokości 15 PLN.
2. Istnieje możliwość zapisu w dniu zawodów w przypadku dostępnych miejsc. W dniu zawodów obowiązuje opłata 25 PLN.
3. Obowiązuje limit zgłoszeń – 70 osób.

4. Dokonując zgłoszenia do udziału w zawodach, zawodnik potwierdza zapoznanie się z niniejszym Regulaminem i zobowiązuje się go przestrzegać oraz wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystanie swojego wizerunku na stronach komunikacji FB/IG, w przekazach radiowych etc.
5. Wszyscy zawodnicy zostaną zweryfikowani w Biurze Zawodów, które umiejscowione będzie na terenie Strzelnicy – Szerominek.. Każdy zawodnik musi stawić się osobiście do Biura Zawodów. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać ważny dowód osobisty lub inny dokument, potwierdzający tożsamość oraz dowód opłaty startowej w przypadku gdy opłata została wniesiona w ostatnich trzech dniach przed zawodami. Złożyć osobiście, podpisane oświadczenia o starcie w zawodach na własną odpowiedzialność, mając na uwadze ryzyko i niebezpieczeństwo związane z charakterem zawodów oraz o stanie zdrowia pozwalającym na start w zawodach, także na udział w zawodach w okresie zagrożenia epidemiologicznego (COVID19).

XII. Klasyfikacja i nagrody:

1. Rywalizacja sportowa odbędzie się w dwóch konkurencjach: strzelectwie oraz biegu. Łączna liczba punktów za strzelectwo oraz bieg wyłoni zwycięzców.
2. W zawodach będzie prowadzona klasyfikacja:
 - 2.1 Osoby nie uprawiające strzelectwa (bez żadnych kompetencji strzeleckich) – rywalizacja indywidualna kobiet/mężczyzn oraz rywalizacja drużynowa
 - 2.2 Osoby uprawiające strzelectwo (służby mundurowe, strzelcy sportowi, organizacje paramilitarne, klasy mundurowe) – rywalizacja indywidualna kobiet/mężczyzn oraz rywalizacja drużynowa.

XIII. Broń:

Broń sportowa KBKS 5,6 mm. Zapewnia organizator bezpłatnie. Uczestnicy imprezy mogą wykorzystać własną broń do strzelania wyłącznie za zgodą sędziego głównego zawodów.

XIV. Amunicja:

10 szt. amunicji. Zapewnia organizator, bezpłatnie. Uczestnicy imprezy mogą wykorzystać własną amunicję do strzelania wyłącznie za zgodą sędziego głównego zawodów.

XV. Funkcyjni.

- Sekretarz (pełni obowiązki koordynatora rywalizacji sportowej).
- Protokolant główny .
- Protokolanci (fakultatywnie)
- Ratownik medyczny.

Konkurencja strzelecka:

- Główny Prowadzący strzelanie, wykonuje obowiązki głównego sędziego strzelania.
- Stanowiskowi prowadzący strzelanie wykonują obowiązki stanowiskowego sędziego strzelania.
- Sędziowie - protokolanci.

Konkurencja biegowa:

- Sędziowie - protokolanci.

XVI. Założenia imprezy.

1. Uczestnicy zgłaszają się do imprezy w ww. kategoriach z podziałem na posiadających umiejętności strzeleckie oraz osoby nie mające żadnych kompetencji strzeleckich. Uczestnicy stają do rywalizacji indywidualnej.
2. Ponadto zgłoszeni uczestnicy mogą występować w dobrowolnie formułowanych 4 osobowych zespołach. Drużyny rywalizują w 2 kategoriach wg kompetencji strzeleckich.
3. Członkowie drużyn są obligatoryjnie klasyfikowani także indywidualnie zgodnie z przydzieloną grupą wg kompetencji strzeleckich.
4. Rywalizację rozpoczyna strzelanie precyzyjne do tarczy. Konkurencja polega na oddaniu 10 strzałów z postawy stojąc. Każdy strzał jest punktowany w skali od 0-10, przy czym najskuteczniejszy strzał może być punktowany punktami w ilości 10. Łączna możliwa do uzyskania punktacja za strzelanie to 100 pkt.
5. Wynik strzelania ocenia sędzia protokolant, a o wyniku informuje zawodnika, który ma prawo zapoznania się z oceną i porównać ten wynik ze stanem faktycznym. Uczestnik może odwoływać się od oceny sędziego protokolanta do sędziego głównego strzelania.
6. Po zakończonym strzelaniu uczestnicy są kierowani do miejsca startu konkurencji biegowej. Na komendę start uczestnik rywalizuje bezpośrednio w biegu terenowym na dystansie 3600 metrów. Na linii mety dokonuje się indywidualnego pomiaru czasu biegu dla każdego uczestnika. Jednostką pomiaru czasu jest sekunda, która jest przeliczana na 1 punkt ogólny imprezy. Następnie od uzyskanej ilości sekund czasu biegu 1 (pkt ogólny imprezy) , odejmuje się punkty bonifikaty za strzelanie.
7. Bonifikata z punktów uzyskanych w strzelaniu liczona jest w ten sposób, że sumę łączną punktów ze strzelania mnoży się razy dwa. Uzyskany wynik daje punkty bonifikaty.
8. Zwycięzcę indywidualnego imprezy w kategoriach ze względu na kompetencje strzeleckie wyłania się poprzez uzyskanie przez uczestnika najmniejszej liczby punktów ogólnych imprezy.

XVII. Postanowienia organizacyjne.

1. Pierwszy Unitarny Bieg Terenowo-Strzeleckiego *Zawsze Sprawni* jest imprezą sportu amatorskiego o charakterze dobrowolnym. W biegu może wziąć udział każda zdrowa osoba, która złoży oświadczenie (w imieniu uczestnika poniżej 18 roku życia, oświadczenie składa opiekun prawny), że jego stan zdrowia pozwala na uczestnictwo w imprezie opartej na wzmożonym wysiłku fizycznym.
2. Dla zwycięzców przewidziane są symboliczne nagrody. Organizator zastrzega sobie możliwość poboru opłaty pieniężnej od uczestników imprezy w stawce ustalonej i ogłoszonej w treści ogłoszenia organizacyjnego imprezy.
3. Przedsięwzięcie będzie poprzedzone oficjalnym otwarciem, w ramach którego zaproszeni goście oraz uczestnicy będą mogli wygłosić przemówienie.

4. Przed rozpoczęciem imprezy każdy jej uczestnik weźmie udział w instruktarzu, w treści którego zawarte są warunki bezpieczeństwa, a w szczególności warunki bezpiecznego posługiwania się bronią i udziału w konkurencji strzeleckiej.
5. Każda osoba uczestnicząca w imprezie jest zobowiązana do poszanowania godności drugiego człowieka, a udział w rywalizacji sportowej jest oparty na uczciwej rywalizacji.
6. W trakcie imprezy za zgodą organizatora dopuszcza się prezentacje i pokazy organizowane przez organy rządowe, administracyjne, pozarządowe, podmioty gospodarcze i osoby prywatne.
7. Wszyscy uczestnicy imprezy są zobowiązani do wykonywania wszystkich poleceń osób funkcyjnych. Każda osoba, która w rażący sposób naruszy postanowienia regulaminu może decyzją organizatora zostać usunięta.
8. Organizator zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których zobowiązany jest poinformować wszystkich uczestników w formie komunikatów pisemnych wywieszonych na tablicy ogłoszeń obok Biura Zawodów, przed rozpoczęciem imprezy lub na stronach FB organizatora/wydarzenia.

opracowanie Piotr Jaszczur
konsultacja Marta Michalak