POMORSKI OKRĘGOWY ZWIĄZEK PIĘCIOBOJU NOWOCZESNEGO

80-213 Gdańsk, ul. Al. Zwycięstwa 51
telefon (058) 520 31 02
Nr konta Bank Millennium 15 1160 2202 0000 0001 3959 9539
NIP 9571018021 REGON 220769368
www.pozpn.pl e-mail:kontakt@pozpn.pl







Komunikat Organizacyjny Zawodów
w Pięcioboju Nowoczesnym w kategorii dzieci - dwubój nowoczesny
ROZPOCZĘCIE ROKU SZKOLENIOWEGO
W CENTRUM SPORTOWYM KOSAKOWO

1. **Miejsce zawodów** :Centrum Sportowe Kosakowo ul. Żeromskiego 11 81-198 Kosakowo
2. **Termin zawodów**: 21.10.2016 r. (piątek)
3. **Program zawodów:** godz. 9:15 – pływanie
   godz. 11:15 – bieg
4. **Organizator, współorganizatorzy:**
   Pomorski Okręgowy Związek Pięcioboju Nowoczesnego w Gdańsku
   Gmina Kosakowo
   Centrum Sportowe Kosakowo
   Przedsiębiorstwo Usług Komunalnych PEKO
   Marszałek Województwa Pomorskiego
5. **Zasady uczestnictwa:**
   - klasy VI, V, IV, III, posiadających ważne aktualne badania lekarskie
6. **Zasady finansowania:**
   - koszty organizacyjne pokrywa organizator, koszty uczestnictwa pokrywają uczestnicy
7. **Zgłoszenie do zawodów:**

Zgłoszenia zawodników dokonywane są przez internet :
www.elektronicznezapisy.pl/event/769.html

Zgłoszenia powinny zawierać : Imię i nazwisko zawodnika, rok urodzenia, nazwę klubu/szkoły, czas pływania.
Zgłoszenia należy dostarczyć w nieprzekraczalnym terminie **do dnia 18.10.2016 r.**
W razie problemów z rejestracją na zawody prosimy o kontakt :
Telefon kontaktowy – Jan Szymczuk (500183643), e-mail : kontakt@pozpn.pl.

9. Sposób przeprowadzenia zawodów

Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z przepisami PZPNow.
Zawody rozgrywane są jednego dnia w następującej kolejności: pływanie, przerwa, bieg
Pływanie : 50m stylem dowolnym
Bieg : 600 m
Klasyfikacja końcowa: 3 x czas pływania + czas biegu (pomiar w sekundach z dokładnością do 0.1sek.)

Sztafety mieszane 6-osobowe (bez względu na płeć):
Pływanie : 6 x 25 m stylem dowolnym
Bieg : 6 x 200 m
Klasyfikacja końcowa: 2 x czas pływania + czas biegu (pomiary w sekundach z dokładnością do 0,1 sek.)

10. Nagrody

Za miejsca 1-3 w każdym roczniku – medale, za miejsca 4-6 dyplomy, dla wszystkich zawodników słodka niespodzianka.
Puchar Wójta Gminy Kosakowo dla szkoły, która wystawi największą ilość zawodników we wszystkich kategoriach wiekowych.

ROZPOCZĘCIE SEZONU SZKOLENIOWEGO W CENTRUM SPORTOWYM KOSAKOWO

Zawody w Pięcioboju Nowoczesnym Szkół Podstawowych o Puchar Wójta Gminy Kosakowo

PROGRAM MINUTOWY

21.10.2016 r. (piątek)

godz. 9:00 - odprawa techniczna, weryfikacja listy startowej, (pływalnia)

Pływanie 50 m st. dowolnym
godz. 9:15 – rozgrzewka
godz. 9:30 - start I serii pływania, zaczynają dziewcząt
Start sztafet biegowych po zakończeniu biegów indywidualnych.

Bieg 600 m
godz. 11:00 - rozgrzewka.
godz. 11:15 – start I serii biegowej, zaczynają dziewcząt
Start sztafet biegowych po zakończeniu biegów indywidualnych

godz. 13:00 - **UROCZYSTE ZAKOŃCZENIE ZAWODÓW,**
ogłoszenie wyników, wręczenie nagród, pamiątkowe zdjęcie

Kontakt :
Strona internetowa : www.pozpn.pl
E-mail : kontakt@pozpn.pl
Tel. : 500 183 643

Organizator