

REGULAMIN

Gminnego Dnia Rodziny na sportowo

I. Cel

- propagowanie aktywnego wypoczynku wśród mieszkańców wsi;
- popularyzacja kultury fizycznej m.in. wśród sołtysów, radnych i rad sołeckich;
- popularyzacja kultury fizycznej między innym wśród sołtysów, radnych i rad sołeckich;
- integracja mieszkańców i miejscowości.

II. Termin i miejsce

- 29.05.2016 roku, boisko sportowe w Godkowie;
- zapisy zawodników u opiekunów świetlic lub sołtysów w do 23.05.2016r. Lub pod numerem telefonu 886 157 529

III. Organizator

Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Gminy Godkowo „Pomocna Dłoń” przy wsparciu finansowym Urzędu Gminy Godkowo.

IV. Uczestnictwo

- mieszkańcy Gminy zameldowani na jej terenie;
- zawodnik może startować maksymalnie w dwóch konkurencjach;
- zawodnicy muszą mieć ukończone 13 lat.

V. Program i sposób przeprowadzenia

1. Trójbój – konkurencja dla sołtysów, radnych i rad sołeckich:

a) Strzał piłką nożną do bramki wielkości 1mx1m z odległości 11m

(jeden strzał próbny i 5 ocenianych – celny strzał 10 pkt.)

b) Rzut lotką do tarczy z odległości 2,5m

(3 rzuty próbne, 5 ocenianych – o wyniku decyduje suma punktów z tarczy, maksymalnie można zdobyć 50 pkt.)

c) Rzut piłką lekarską na odległość

(do 5m – 5 pkt, od 5 do 7,5m – 7 pkt, od 7,5 do 10m – 10 pkt, powyżej 10m – 15 pkt)

2. Konkurencje dla pozostałych uczestników

a) Lekkoatletyka

- bieg na 60m i 400m kobiet oraz 100m i 800m mężczyzn;
- pchnięcie kulą kobiet i mężczyzn;
- skok w dal kobiet i mężczyzn.

b) Konkurencja rodzinna – sztafeta (drużyna: matka, ojciec i dziecko do 13 lat)

- slalom sprawnościowy na dystansie 2x15m;
- matka z piłeczką tenisową na drewnianej łyżce kuchennej;
- ojciec bieg w worku slalomem;
- slalom z piłką nożną

Zawodnicy startują jeden po drugim w kolejności: matka, ojciec, dziecko.
Zwycięża drużyna, która uzyska najkrótszy czas.

c) Przeciąganie liny

- Drużyna składa się z 5 zawodników (2 kobiet + 3 mężczyzn). W czasie trwania konkurencji drużyna startuje w tym samym składzie. W przypadku ewidentnej kontuzji, po zgłoszeniu do sędziego prowadzącego, dopuszcza się wprowadzenie 1 zawodnika rezerwowego dla kobiet jak i mężczyzn.
System rozgrywania konkurencji ustalony zostanie przed konkurencją.
Zabrania się używania butów tzw. korków.

VI. Nagrody

- Przewidziane są nagrody w konkurencjach indywidualnych i grupowych.

VII. Zasady finansowania

- Koszty organizacyjne Imprezy oraz posiłek dla uczestników zapewniają Organizatorzy przy wsparciu finansowym Urzędu Gminy Godkowo.

VIII. Postanowienia końcowe

- Zapewniamy ubezpieczenie od zdarzeń losowych. Interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do organizatora imprezy. We wszystkich spornych sprawach dotyczących konkurencji sportowych ostateczne zdanie ma sędzia danej konkurencji.