



# 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

## POMORSKA LIGA DWUBOJOWA Komunikat organizacyjny Ligi wojewódzkiej w dwuboju nowoczesnym II RUNDA

- 1. Miejsce zawodów :** Starogard Gdański , obiekty sportowe  
Publicznej Szkoły Podstawowej Nr 1, ul. Zblewska 18
- 2. Termin zawodów:** 27.05.2016 r. (piątek)
- 3. Program zawodów:** pływanie (pływalnia 25m, 6 torów)  
godz. 9.30 - rozgrzewka do pływania (pływalnia 25m, 6 torów)  
godz. 10.00 - start pierwszej serii pływackiej, rozpoczynają dziewczęta  
godz. 12.00 – start pierwszej serii biegowej – rozpoczynają dziewcząt (murawa – pętla 200 m)  
około godz. 13.00 zakończenie zawodów

#### **4. Organizator, współorganizatorzy:**

UKS „Ósemka” Starogard Gdański  
Pomorski Okręgowy Związek Pięcioboju Nowoczesnego w Gdańsku  
Pomorska Federacja Sportu w Gdańsku  
Publiczna Szkoła Podstawowa Nr 1 w Starogardzie Gdańskim

#### **5. Zasady uczestnictwa:**

W zawodach uczestniczą:

- zawodnicy należący do klubów, które są członkami Polskiego Związku Pięcioboju Now.,
- zawodnicy z klubów niezrzeszonych w Polskim Związku Pięcioboju Nowoczesnego
- oraz osoby, które nie są członkami jakiegokolwiek klubu sportowego.

Każdy zawodnik startujący w zawodach musi legitymować się dowodem tożsamości oraz posiadać aktualne badania lekarskie.

#### **6. Zasady finansowania:**

Zawody finansowane są ze środków Urzędu Marszałka Województwa Pomorskiego,

- koszty uczestnictwa pokrywają klubu

- **opłata startowa wynosi 20 zł od osoby (na podstawie listy zgłoszonych zawodników)** - wpłata gotówką na konferencji technicznej.

#### **7. Zgłoszenie do zawodów:**

Zgłoszenia do zawodów należy pobrać ze strony TUTAJ - <http://pozpn.pl/zgloszenie.xls> ,  
i przesłać na adres organizatora, e-mail: [kontakt@pozpn.pl](mailto:kontakt@pozpn.pl) , proszę żądać potwierdzenia.

Zgłoszenia powinny zawierać : Imię i nazwisko zawodnika, rok urodzenia, nazwę klubu, czas pływania, nr licencji (jeśli posiada) Zgłoszenia należy dostarczyć w nieprzekraczalnym terminie **do dnia 24.05.2016**

Telefon kontaktowy – Jan Szymczuk (500183643), Mariusz Noetzel 695 569 064

#### **9. Sposób przeprowadzenia zawodów**

Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z przepisami PZPNow.

Zawody rozgrywane są jednego dnia w następującej kolejności: pływanie + bieg



### Konkurencje – 12-13-14 lat

dziewczęta: 100 m pływani – czas: 1:20,0 1000 pkt. (1 s=12pkt, +/- 0,33s=4 pkt.)

1000 m bieg – czas: 3:40,0 1000 pkt. (0,5 sek. - 4 pkt.)

chłopcy: 100 m pływani – czas: 1:14,0 1000 pkt. ((1 s=12pkt, +/- 0,33s=4 pkt.))

1000 m bieg – czas: 3:10,0 1000 pkt. (0,5 sek. - 4 pkt.)

Klasyfikacja końcowa: suma punktów za pływani i bieg

### Konkurencje – do 11 lat

Pływani : 50m stylem dowolnym

Bieg : 600 m

Klasyfikacja końcowa: 3 x czas pływania + czas biegu (pomiar w sekundach z dokładnością do 0.1 sek.)

Prowadzona będzie oddzielnie punktacja dla zawodników posiadających licencję Polskiego Związku Pięcioboju Nowoczesnego (klasyfikacja MMM do 11 lat) oraz oddzielna punktacja dla zawodników nie posiadających licencję Polskiego Związku Pięcioboju Nowoczesnego (dotyczy kwalifikacji końcowej po wszystkich edycjach)

### **10. Nagrody**

Za miejsca 1-3 w każdym roczniku - medale



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki



## **POMORSKA LIGA DWUBOJOWA**



### **Program Minutowy**

#### **II RUNDA**

**Ligi wojewódzkiej w dwuboju nowoczesnym**

**Starogard Gdański , obiekty sportowe**

**Publicznej Szkoły Podstawowej Nr 1, ul. Zblewska 18**



**27.05.2016 r. (piątek)**

**godz. 9.15 - odprawa techniczna, weryfikacja listy startowej, książeczek zdrowia (niecka pływalni)**

**Pływani 100, 50 m st. dowolnym**

**godz. 9.30 – rozgrzewka**

**godz. 10.00 - start I serii dziewcząt**

**Bieg 1000, 600 m - boisko trawiaste na „**

**godz. 12.00 - start I serii dziewcząt.**

**godz. .... – start I serii chłopców.**

**godz. 13.00 - UROCZYSTE ZAKOŃCZENIE ZAWODÓW,**

**ogłoszenie wyników, wręczenie nagród, pamiątkowe zdjęcie**

Naczelnik zawodów

Mariusz Noetzel

