

REGULAMIN

WOJEWÓDZKICH ZAWODÓW ROZGRYWANYCH NA ERGOMETRZE WIOŚLARSKIM DLA HONOROWYCH DAWCÓW KRWI I CZŁONKÓW POLSKIEGO CZERWONEGO KRZYŻA W NYSIE

I. ORGANIZATORZY:

1. Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Nysie
2. Opolski Oddział Okręgowy PCK w Opolu
3. Zespół Programowy ds. Honorowego Krwiodawstwa przy Delegaturze PCK w Nysie
4. Klub HDK PCK „VENA” przy PWSZ w Nysie
5. Klub HDK PCK przy KPP w Nysie

II. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

14.01.2013 r. (poniedziałek) o godz. 10.00 przy ulicy Ujejskiego 12 w Nysie. Zawody rozpoczną się o godz. 10.30.

III. CEK ZAWODÓW:

Propagowanie czynnego wypoczynku przez uprawianie sportu oraz uświetnienie obchodów Dni Honorowego Krwiodawstwa PCK.

IV. ZASADA UCZESTNICTWA:

W zawodach mogą wziąć udział honorowi dawcy krwi i członkowie PCK (obowiązuje legitymacja członkowska PCK).

Zawodniczki i zawodnicy, którzy zgłoszą się do zawodów podpisują oświadczenie o stanie zdrowia.

V. SPRAWY ORGANIZACYJNE:

1. Ergometr wioślarski to stacjonarny symulator wioślarstwa dający się wykorzystać na hali sportowej, na siłowni czy kąciku kulturowym.
2. Zawody zostaną poprzedzone instruktarzem. Będzie możliwość przeprowadzenia próby i dobrania obciążenia do indywidualnych możliwości.
3. Zawody zostaną rozegrane w kategoriach: kobiet i mężczyzn, bez podziałów wagowych i wiekowych, na dystansie 500 m kobiety i 1000 m mężczyźni.
4. O kolejności zawodników zdecyduje lepszy czas osiągnięty na mecie. Przy jednakowych czasach decyduje waga ciała (niższa to wyższa pozycja).
5. Zawody odbędą się tylko w kategorii indywidualnej.
6. Najlepsze zawodniczki i zawodnicy otrzymają: puchary, medale, dyplomy i nagrody rzeczowe.

VI. ZGŁOSZENIA – KONTAKT:

Zgłoszenie zawodniczek i zawodników bezpośrednio przed rozpoczęciem zawodów od godz. 10.00 w dniu zawodów.

Pytania przed zawodami można kierować: mgr Ireneusz Szafraniec tel. 668156655