**Wiosenne Mistrzostwa Pływackie**

 **R E G U L A M I N**

1. ORGANIZATOR: Złotowskie Centrum Aktywności Społecznej, al. Mickiewicza 18 – www.zcas.zlotow.pl.

1. TERMIN: **sobota, 22 marca 2025, godz. 15:00**

1. MIEJSCE: Pływalnia Laguna, Złotów, 77-400, ul. Norwida 4a

1. CEL: popularyzacja pływania, wyłonienie Mistrzów Złotowa

1. CHARAKTERYSTYKA PŁYWALNI:

basen 25 m, ilość torów: 6 temp. wody 28ºC (+/- 1ºC) pomiar czasu: ręczny

zawody przeprowadzone zostaną seriami na czas

1. UCZESTNICTWO:
* OPEN (rocznik 2007 i starsi)
* Zawodnicy i zawodniczki mają prawo startu w 2 konkurencjach indywidualnych
* Zawodnicy i zawodniczki są zobowiązani złożyć pisemne oświadczenie, że są zdrowi i startują na własną odpowiedzialność.
* Osoby niepełnoletnie muszą posiadać zgodę rodzica/opiekuna na udział w zawodach. Wszystkie oświadczenia będą weryfikowane przed rozpoczęciem zawodów.

1. TERMIN PRZYJMOWANIA ZGŁOSZEŃ:

Zawodniczki i zawodnicy zgłaszani są za pomocą formularza online: <https://forms.gle/rZJS9FM58nkjPeo58>
Ostateczny termin przyjmowania zgłoszeń upływa 19 marca 2025 roku.

1. NAGRODY:

Medale za miejsca 1-3 w każdej konkurencji i kategorii wiekowej.

1. KATEGORIE WIEKOWE:

|  |  |
| --- | --- |
| **KONKURENCJE INDYWIDUALNE**  |  |
|  styl: * klasyczny
* grzbietowy
* dowolny
 |    50 m  |  K\* / M\*\* 18-29  (r.2007 -1996)  |  K / M 30-39  (r.1986 -1995)  |  K / M 40-49  (r.1976 -1985)  |  K / M 50-59  (r.1966 -1975)  |  K / M  60-69  (r.1956-1965)   |   K / M 70+  (r.1955+)  |
| styl zmienny:50 m styl grzbietowy, 50m styl klasyczny, 50 m styl dowolny   |   150 m  |   K / M 18-29  (r.1996 - 2007)  |   K / M 30-45  (r. 1980-1995)  |   K / M 46-59  (r. 1966-1979)  |  K / M 60+  (r. 1965+)  |

\*K - kobiet

\*\*M – mężczyzn

1. KONKURENCJE

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nr**  | **Konkurencja**  | **Nr**  | **Konkurencja**  |
| 1  | 50 m stylem klasycznym kobiet  | 6  | 50 m stylem dowolnym mężczyzn  |
| 2  | 50 m stylem klasycznym mężczyzn  | 7  | 150 m stylem zmiennym kobiet  |
| 3  | 50 m stylem grzbietowym kobiet  | 8  | 150 m stylem zmiennym mężczyzn  |
| 4  | 50 m stylem grzbietowym mężczyzn  |
| 5  | 50 m stylem dowolnym kobiet  |

1. OPŁATA STARTOWA:

25 zł od każdego zawodnika biorącego udział w zawodach, uiszczone w kasie Pływalni Laguna w dniu zawodów. Każdemu uczestnikowi przysługuje także dodatkowa godzina na basenie lub saunie, bezpośrednio po zakończonych zawodach

12. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

W sprawach nieokreślonych regulaminem, komunikatami oraz innymi przepisami decyzje podejmuje organizator.