

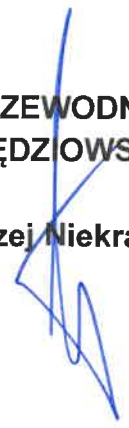
BURMISTRZ MIASTA I GMINY
CYBINKA


Marek KOŁODZIEJCZYK

dn. 20.....07.2026 r.

**REGULAMIN
ZAWODÓW BIEGOWO – KAJAKOWYCH
O PUCHAR
BURMISTRZA MIASTA I GMINY
CYBINKA**

**PRZEWODNICZĄCY
KOMISJI SĘDZIOWSKIEJ ZAWODÓW**

Andrzej Niekrasz


1. CEL ZAWODÓW :

- Promować aktywne spędzanie wolnego czasu w gronie rodzinnym na świeżym powietrzu.
- Zacieśniać więzy rodzinne, utrwałać umiejętność współpracy i chęć niesienia pomocy drugiej osobie.
- Doskonalić kondycję fizyczną, sprawność oraz umiejętność pływania kajakiem.
- Stworzyć atmosferę rywalizacji i dążenia do osiągnięcia jak najlepszych wyników.
- Promować tereny i atrakcje sportowe Gminy i Sołectwa.

2. TERMIN PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW:

08.08.2026 r. godz. 14.00 - 16.00

3. MIEJSCE:

SĄDÓW (Plac zabaw i rekreacji – mosty na rzece „Pliszka”, ulica Zagórze oraz ulica Żymierskiego).

4. UCZESTNICY:

W zawodach uczestniczą dwu osobowe zespoły.

- Osoba dorosła (rodzic lub opiekun prawny)
- Dziecko - do lat 18.

5. UBIÓR:

Sportowy/dowolny

6. WSKAZÓWKI ORGANIZACYJNO-METODYCZNE:

1. Po przeprowadzonym instruktażu dotyczącym przebiegu zawodów zebrać oświadczenia od rodziców o wyrażeniu zgody na udział dziecka.
2. Omówić warunki bezpieczeństwa na czas biegu i spływu oraz sposób organizacji zabezpieczenia medycznego.
3. Omówić organizację zawodów, przebieg trasy oraz poszczególnych konkurencji.
4. Przedstawić sposób powrotu po zakończeniu II konkurencji (spływ kajakiem).
5. Podczas odprawy Przewodniczący Komisji Sędziowskiej ustali, drogą losowania, kolejność startujących zespołów.
6. Ogłoszenie wyników i wręczenie pucharów oraz pamiątkowych medali 18.00
boisko sportowe.

7. Przewodniczący Komisji Sędziowskiej odpowiada za regulaminowy przebieg zawodów oraz wraz z komisją (sędziami pomocniczymi) rozpatruje wniesione odwołania i kwestie sporne dotyczące zawodów.
8. Szkolenie dla sędziów poszczególnych konkurencji przeprowadzi Przewodniczący Komisji Sędziowskiej / sędzia główny zawodów przed rozpoczęciem zawodów, miejsce zbiórki sędziów – wiata na placu zabaw i rekreacji czas 13.00.
9. Wszystkich uczestników zawodów obowiązuje przestrzeganie zasad regulaminu oraz warunków bezpieczeństwa określonych przez organizatora zawodów i kierowników (sędziów) poszczególnych konkurencji.

7. OPIS KONKURENCJI:

KONKURENCJA 1: rzut piłką do kosza, rzut woreczkiem do celu.

Zawodnicy po wywołaniu przez sędziego udają się na boisko do piłki koszykowej, osoba dorosła staje na linii rzutów wolnych do koszykówki dziecko na linii wyznaczającej rzut do celu. Każdy zawodnik wykonuje po 5 rzutów. Dorosły piłką koszykową do kosza, dziecko woreczkiem z piaskiem do otworu - celu. Po komendzie sędziego rozpoczynają rzuty. Suma celnych rzutów dorosłego i dziecka odejmowana jest od czasu końcowego biegu i spływu.

Jeden celny rzut = -10 sekund.

KONKURENCJA 2: bieg przełajowy.

Zawodnicy po wywołaniu przez sędziego stają na linii sprawdzenia oznaczonej chorągiewkami koloru żółtego, po sprawdzeniu danych osobowych przechodzą na linię startu oznaczonej kolorem chorągiewek czerwonym. Po komendzie START rozpoczynają bieg przełajowy na dystansie ok 500 m. Czas mierzony jest od komendy START do chwili przekroczenia linii METY oznaczonej kolorem czerwonym przez obydwo zawodników.

Trasa biegu przełajowego oznaczona jest taśmą białą czerwoną oraz strzałkami malowanymi na podłożu i ściółce.

Czas konkurencji dodawany jest do czasu spływu kajakiem.

KONKURENCJA 3 - spływ kajakami.

Zawodnicy po wywołaniu przez sędziego stają na linii sprawdzenia oznaczonej chorągiewkami koloru żółtego, sędzia sprawdza sposób założenia kamizelek ratunkowych omawia sposób postępowania na wypadek wywrotki kajaka oraz gdzie się znajduje ratownik medyczny. Po sprawdzeniu przechodzą na linię startu oznaczoną kolorem chorągiewek czerwonym. Na komendę „START” wchodzi do kajaków

i rozpoczynają spływ rzeką. Czas jest mierzony od komendy START do przekroczenia linii METY oznaczonej taśmą białą czerwoną rozwieszoną nad rzeką. Z chwilą przekroczenia mety zawodnicy spływają swobodnie do punktu podjęcia kajaków.

8. SPOSÓB OKREŚLENIA ZDOBYTYCH LOKAT (MIEJSC) PO ZAKOŃCZENIU KONKURENCJI.

Warunkiem ukończenia zawodów jest pokonanie wszystkich konkurencji w parze z dzieckiem.

Zdobytą lokatę określa się sumując czas biegu z czasem spływu kajakiem, pomniejszony o sumę celnych rzutów z pierwszej konkurencji, łączny czas trzech konkurencji określa zdobytą pozycję.

Wyniki po zakończeniu zawodów zostaną ogłoszone na tablicy informacyjnej umieszczonej pod wiatą na placu zabaw.

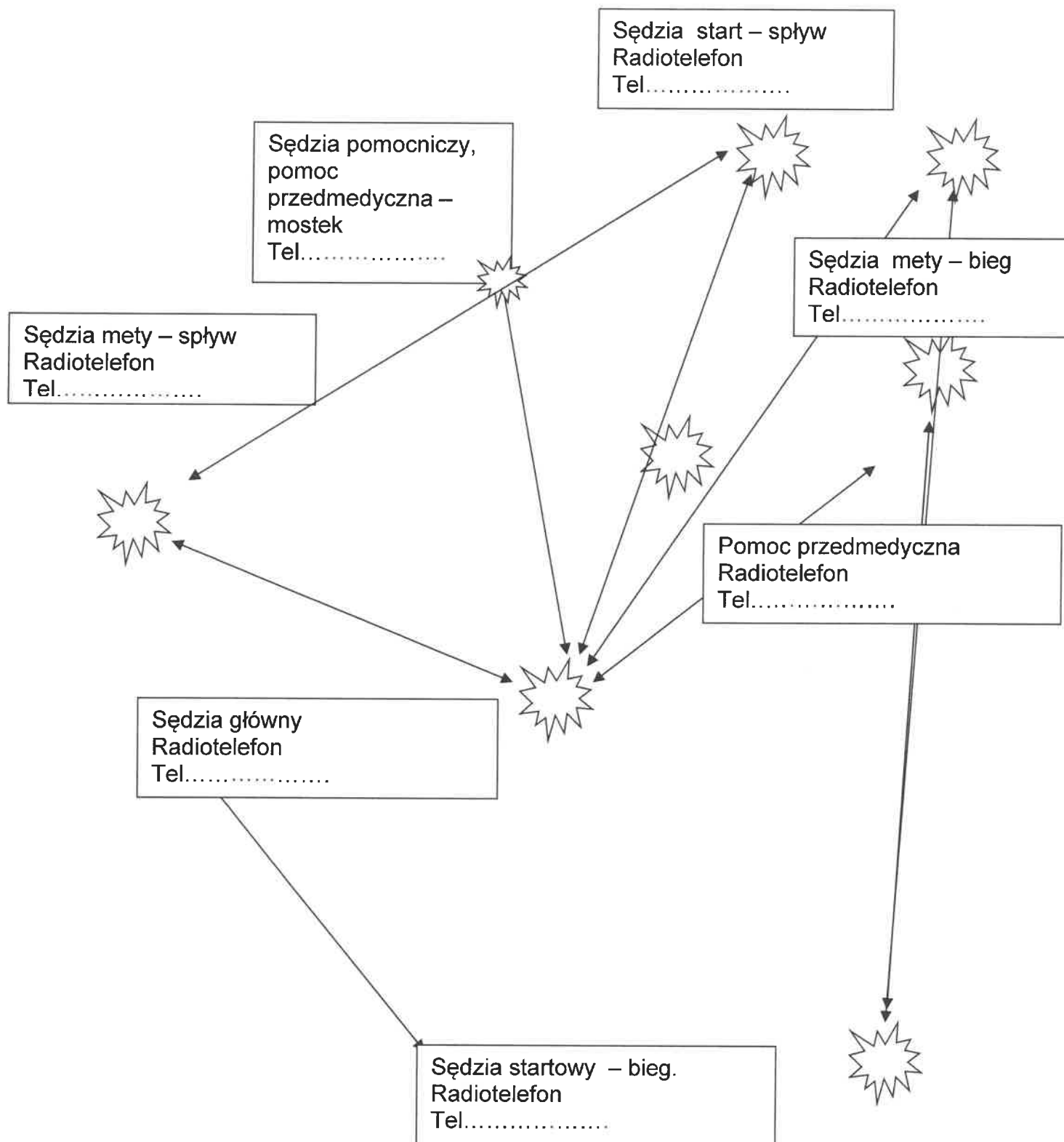
9. ZABEZPIECZENIE MATERIAŁOWO-TECHNICZNE:

- 2 osoby zapewniające pomoc przedmedyczną
- Kajaki wraz z parą wiosel + kamizelki ratunkowe - 10 szt.
- Radiotelefony - 10 szt.
- Stopery - 10 szt.
- Słupki startowe - 12 szt.
- 6 szt. z chorągiewką żółtą
- 6 szt. z chorągiewką czerwoną
- Taśma białą czerwoną - 200 m
- Farba spray (ekologiczna jaskrawy kolor) - 1 szt.
- Napoje (woda butelkowana 0,5 l) - 100 szt.
- Numery startowe od 1 do 50
- Medale pamiątkowe (dla każdego dziecka) - 50 szt.
- Puchary za zdobycie trzech pierwszych lokat. - 3 szt.
- Kamizelki dla sędziego gł. oraz sędziów pom. - 9 szt.
- Zestaw numerków do losowania kolejności startu (kulki, piłeczki, krążki itp.) z numerami od 1 do 50.
- Piłka koszykowa - 1 szt.
- Woreczki z piaskiem - 5 szt.

10. WARUNKI BEZPIECZEŃSTWA:

- W czasie biegu przełajowego szczególną uwagę zwrócić na nierówności terenowe, doły oraz spadki terenu grozi skręceniem stawu skokowego lub kolanowego.
- Baczną uwagę należy zwrócić na gałęzie, krzaki którymi można być uderzonym w oczy.
- W przypadku zasłabnięcia, omdlenia lub innych objawów złego samopoczucia przerwać konkurencję i udać się na linię startu, mety (gdzie bliżej) lub wezwać ratownika medycznego poprzez sędziów prowadzących konkurencję.
- Wszyscy uczestnicy spływu zobowiązani są do płynięcia w zapiętej kamizelce (kamizelka powinna być założona prawidłowo i ściśle przylegać do ciała szczególną uwagę zwrócić na pasek który powinien być przeciągnięty pod krocem, między nogami).
- W czasie spływu uważać na przydatkowe uderzenia wiosłem.
- W przypadku wywrócenia kajaka lub nabrania wody kierować się na płyciznę, pomocy udzieli ratownik (sędzia) znajdujący się na mostku koło kościoła.
- Jeżeli kajak nabierze zbyt dużo wody pozostawić go w dowolnym miejscu informując o tym fakcie osobę zabezpieczającą zawody.

10. SCHEMAT ZABEZPIECZENIA MEDYCZNEGO I ORGANIZACJA ŁĄCZNOŚCI



Oświadczenie

Dotyczy: zgody na udział dziecka w zawodach biegowych oraz spływie kajakowym
po rzece Pliszka w dniu

Ja (imię i nazwisko)
Legitymujący/ca się dowodem osobistym nr.
pesel nr. będący/ca rodzicem, opiekunem
prawnym(imię i nazwisko
dziecka) będąc świadomy/ma ryzyka sportowego wyrażam zgodę na jego/jej
uczestnictwo
w imprezie sportowej (bieg, spływ kajakowy).

1. Oświadczam że moje dziecko posiada dobry stan zdrowia i nie ma przeciwwskazań medycznych do wzięcia udziału w zawodach biegowo spływowych. Jednocześnie oświadczam że niepełnoletni startuje w zawodach wyłącznie na moją odpowiedzialność.
2. W przypadku jakiegokolwiek szkody poniesionej, doznanej przez moje dziecko nie będę wnosić jakichkolwiek roszczeń z tego tytułu wobec organizatorów ich współpracowników i wolontariuszy pracujących podczas zabezpieczenia zawodów.
3. Ponoszę pełną odpowiedzialność za wszelkie ewentualne szkody wyrządzone przez moje dziecko komukolwiek podczas, w wyniku lub w związku z jego uczestnictwem w biegu i spływie.
4. Zapoznałem się i akceptuję regulamin zawodów.

.....
(data złożenia oświadczenia)

.....
(nazwisko i imię, podpis rodzica)

LISTA STARTOWA UCZESTNIKÓW RZUTU NA CELNOŚĆ

LP	Imię i NAZWISKO (rodzic, opiekun)	Dziecko	Rodzic	Uwagi
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				

Podpisy komisji

1.
2.

LISTA STARTOWA UCZESTNIKÓW BIEGU

LP	Imię i NAZWISKO (rodzic, opiekun)	Imię dziecka	Czas Biegu	Uwagi
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				

Podpisy komisji

1.

2.

3.

LISTA STARTOWA UCZESTNIKÓW SPŁYWU

LP	Imię i NAZWISKO (rodzic, opiekun)	Imię dziecka	Czas spływu	Uwagi
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				

Podpisy komisji

4.
 5.
 6.

LISTA WSPÓŁZAWODNICTWA

Lp.	Imię i Nazwisko	CZAS KONKURENCJI				LOKATA
		BIEG	SPŁYW KAJAKIEM	RZUT DO CELU	RAZEM	
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						
16.						
17.						
18.						
19.						
20.						
21.						
22.						
23.						
24.						

25.									
26.									
27.									
28.									
29.									
30.									
31.									

Podpisy komisji

1.
2.
3.