REGULAMIN

IX WOJEWÓDZKICH IGRZYSK SPORTOWYCH LZS

O PUCHAR MARSZAŁKA WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

STARZYNO, 15 CZERWCA 2025 r.

1. CELE:

- Promocja zdrowego trybu życia mieszkańców wsi i małych miast woj. pomorskiego,
- Integracja mieszkańców Województwa Pomorskiego,
- Wyłonienie najbardziej usportowionego samorządu w Województwie Pomorskim,
- Wyłonienie reprezentacji Woj. Pomorskiego na Ogólnopolskie Igrzyska LZS w 2025 roku we Włocławku,
- Promocja dorobku sportowców wiejskich spod znaku LZS,
- Edukacja zachowań „Fair Play" w czasie rywalizacji sportowej,
- Rozpoczęcie obchodów 80-lecia Ludowych Zespołów Sportowych,
- Uczczenie 50-lecia istnienia LKS Ziemi Puckiej,
- Obchody 25 rocznicy powstania zakładu Dr.Oetker w Łebczu.

2. ORGANIZATORZY:

- Pomorskie Zrzeszenie LZS w Gdańsku,
- Urząd Marszałkowski w Gdańsku,
- Urząd Gminy Puck,
- Referat Sportu i Turystyki,
- Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe.

3. WSPÓŁORGANIZATORZY:

- Ochotnicza Straż Pożarna w Starzynie,
- Sołectwo Starzyno
- Starostwo Powiatowe w Pucku,
- Pomorski Związek Piłki Nożnej,
- Szkoła Podstawowa w Starzynie
- Powiatowy Zespół Szkół w Kłaninie
- Rada Gminna Zrzeszenia LZS w Gminie Puck
- Rada Gminna KGW w Gminie Puck
- Lekkoatletyczny Klub Sportowy Ziemi Puckiej
- Związek Gmin Pomorskich
- Samorządy biorące udział w Igrzyskach
- Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi
- Ministerstwo Sportu i Turystyki

4. PATRONAT HONOROWY:

- Marszałek Województwa Pomorskiego,
- Prezes Krajowego Zrzeszenia LZS,
- Prezes Pomorskiego Zrzeszenia LZS,
- Starosta Powiatu Puckiego,
- Wójt Gminy Puck,
- Prezes Zarządu Związku Gmin Pomorskich.

5. PATRONAT MEDIALNY:

- Zawsze Pomorze,
- Twoja Telewizja Morska,
- Radio Gdańsk,
- Kaszuby24.pl,
- TVP 3 Gdańsk,
- Radio Kaszebe.

6. TERMIN I MIEJSCE:

1. IX Igrzyska Województwa Pomorskiego Ludowych Zespołów Sportowych odbędą się 15.06.2025r. (niedziela) na boiskach sportowych i rekreacyjnych w Starzynie. (Baśka Kaszubska odbędzie się w hali sportowej Powiatowego Zespołu Szkół w Kłaninie (1,5km) od stadionu w Starzynie. (tenis stołowy w Szkole Podstawowej w Starzynie – 400 m od boiska sportowego).
2. Początek zmagań sportowych o godz. 10.00. Uroczyste otwarcie z udziałem wszystkich uczestników i zaproszonych gości o godz. 12.00.
3. Igrzyska odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne i ilość zgłoszonych reprezentacji gminnych oraz zgłoszeń indywidualnych.

7. SPOSÓB PRZEPROWADZENIA KONKURENCJI:

Sposób przeprowadzenia konkurencji uzależniony jest od specyfikacji konkurencji oraz ilości drużyn i zawodników biorących udział w Igrzyskach.

8. UCZESTNICTWO – ZAPISY:

Reprezentacje całych samorządów do dnia **10 CZERWCA** z podaniem imion i nazwisk uczestników do danych konkurencji. Listy całych reprezentacji muszą być podpisane i opieczętowane pieczątką Urzędu Gminy / Miasta.

Zgłoszenia indywidualne drużyn i ekip i zawodników do danych dyscyplin do **10 CZERWCA** włącznie na adres email: wiesław.oberzig@gmina.puck.pl wraz informacją o dokonanym przelewie wg klucza na konto: Pomorskie Zrzeszenie LZS: 25 1160 2202 0000 0000 5054 6084 (opis przy przelewie musi zawierać informacje):

- jakiej drużyny, reprezentacji jakiej wsi / gminy dotyczy opłata,
- jakiej dyscypliny dotyczy,
- należy podać imiona i nazwiska uczestników.

Zapisy do „Baśki" Kaszubskiej prowadzi sędzia główny zawodów – Henryk Radke: Informacje pod nr telefonu: **508-817-552**

9. DYSCYPLINY I KONKURENCJE:

Zespołowe Mistrzostwa Pomorza LZS:

1) Piłka nożna mężczyzn – (5 zawodników + 3 rezerwowych)
2) Koszykówka kobiet – (3 zawodniczki + 1 rezerwowa)
3) Koszykówka mężczyzn – (3 zawodników + 1 rezerwowy)
4) Siatkówka na trawie kobiet – (3 zawodniczki + rezerwowa)
5) Siatkówka na trawie mężczyzn – (3 zawodników + 1 rezerwowy)
6) Przeciąganie liny kobiet – (drużyny 5 osobowe),
7) Przeciąganie liny mężczyzn – (drużyny 5 osobowe),
8) Baśka kaszubska – (drużyny 4 osobowe) – 5 rundy po 32 rozdania

* Harmonogramy poszczególnych dyscyplin sportu uzależnione będą od ilości drużyn i zawodników, które zgłoszą się do rywalizacji w danej dyscyplinie. Planowane są rozgrywki grupowe, a następnie rozgrywki o miejsca w systemie pucharowym.

Indywidualne Mistrzostwa Pomorza LZS:

1) **Wyciskanie ciężarka:**
   Lewa lub prawa ręka. Panowie wyciskają ciężarek o wadze 17,5 kg w kategorii do 85 kg, a także powyżej 85 kg. Panie wyciskają ciężarek o wadze 10 kg w kategoriach do 70 kg i powyżej 70 kg. Zawodnicy/zawodniczki wyciskają ciężarek w pozycji siedzącej.

2) **Konkurs strzelecki dla radnych:**
   Strzały na bramkę do unihokeja z odległości 10 metrów – 5 uderzeń. (startować mogą radni rad gminnych bądź miejskich – po jednym z danego samorządu).

3) **Konkurs rzutowy dla burmistrzów/wójtów:**
   Może wystąpić: z-ca wójta burmistrza, sekretarz gminy/miasta. Rzut woreczkiem do koła hula hop z odległości: 5m, 6m, 7m za 1,2,3, pkt.

4) **Rzut piłeczką kauczukową do wiadra z odległości 3 metrów:**
   Biorą udział dla działaczy sportowych LZS – mogą wystąpić zarówno panie i panowie.

5) **Rzut ringo dla sołtysów:**
   Rzut na paliki o krzyżak z palikami o wysokości 15 cm z odległości 3 m. Za rzuty można otrzymać od 5 do 50 pkt. Decyduje suma pkt.

6) **Dojenie sztucznej krowy dla kobiet – członkiń Kół Gospodyń Wiejskich:**
   Zawodniczki mają za zadanie wydojenie krowy w ciągu 1 minuty. Ilość „mleka" decydować będzie o zajętym miejscu (mogą wystąpić po 2 kobiety z danego samorządu gminy/miasta).

7) **Rzuty gumowcami na odległość:**
   Startują zespoły 2-osobowe (kobieta i mężczyzna) oddają po 2 rzuty – dłuższy będzie oceniany – Suma dłuższych rzutów obojga zawodników zadecyduje o zajętym miejscu.

8) **Spacer farmerów – konkurencja dla mężczyzn:**
   Występują drużyny 3-os., przenoszą kolejno worki z piaskiem o wadze, 30, 40, 50 kg na odcinku 25 metrów. Czas wszystkich zawodników decyduje o zajętym miejscu.

9) **Przetaczanie opony traktorowej:**
   Na odcinku 20 metrów – decyduje czas wykonania zadania. Startować może max. po 2 zawodników z Gminy.

10) **Konkurs dla reprezentacji Ochotniczych Straży Pożarnych – „Jak Wojtek został strażakiem”:**
(Drużyny 4-osobowe) – BOJÓWKAZ HYDRONETKĄ: (mogą być drużyny mieszane), drużyna w podziale na 2-os. zespoły (roty) bierze udział równocześnie na 2 równoległych torach. Roty po sygnale gwizdkiem, biegną do przygotowanych hydronetek (30 m), pokonując przeszkodę w postaci kładki (długość 2 m, szerokość 0,20 m, wysokość 0,35m), znajdującej się na 15-tym metrze toru. Kładkę muszą pokonać wszyscy zawodnicy. Aby wejść i opuścić kładkę, nie można przekroczyć (ani dotknąć) wyznaczonej linii, znajdującej się bezpośrednio przed oraz za kładką. Pierwsi uczestnicy chwytają prądownicę, wyjmują węże z kieszeni hydronetek i udają się w kierunku linii – oznaczającej stanowisko prądowników, której nie mogą dotknąć żadną częścią ciała i sprzętu. Drudzy zawodnicy pompują wodę do czasu wykonania zadania. Zadaniem zawodników jest napełnienie 5 litrami wody tarcz nalewowych. Zakończenie nalewania potwierdza sygnał dźwiękowy i świetlny. Zakończenie liczenia czasu następuje po wykonaniu zadania przez oba zespoły (roty) stanowiące jedną drużynę. W momencie, kiedy jeden z zespołów (roty) zakończy zadanie jako pierwszy, może pomóc uzupełniać brakującą wodę w tarczy nalewowej równoległego zespołu (roty) wyłącznie korzystając z obsługiwanej przez siebie hydronetki, nie przekraczając wyznaczonego miejsca. Za każde nieregulaminowe wykonanie zadania doliczane są 3 sek. Uczestnicy startują w rywalizacji w pełnym umundurowaniu bojowym typu NOMEX. (buty, ubranie, hełm)

11) **Trójbój dla Członkiń Kół Gospodyń Wiejskich:**
(3-osobowe) – panie oddają po 5 rzutów – pierwsza – ringo z odległości 2 metrów na palik o wysokości 50 cm, druga piłką kauczukową do wiadra z 3 metrów, trzecia woreczkiem do kółka hula hop z odległości – 4 metrów. Suma punktów decyduje o zajętym miejscu – każdy celny rzut – to 1 punkt.

12) **Rzuty woreczkami dla Seniorów:**
(4-osobowe – 2 panie, 2 panów z kategorii 60+) – każdy senior/-ka oddaje 5 rzutów woreczkiem – można wybrać odległość 5,6,7, metrów odpowiednio punktowanych – 1,2,3 punkty. Suma punktów decyduje o zajętym miejscu grup. Mogą wystąpić po maksymalnie 3 zespoły seniorskie z danej Gminy/Miasta

13) **Tenis stołowy:**
Zawodnicy rywalizują w kategoriach 18-39 lat (2007-1986), 40-59 (rocznik 1985 -1966) i 60+, czyli 1965 i starsi. Zawodniczki startują w jednej kat. wiekowej 2007 i starsze!

RYWALIZACJA ODBYWA SIĘ NA HALI SPORTOWEJ SZKOŁY PODSTAWOWEJ W STARZYNIE. Startuje dowolna ilość osób z Gminy, najlepszy zawodnik i zawodniczka z danej kategorii zdobywa punkty dla danej reprezentacji gminy/miasta.

14) **Bieg o Puchar Prezesa DR. OETKER na 6 km i marsz na 3 km NORDIC WALKING:**

Zapisy na bieg za pośrednictwem strony internetowej: www.elektronicznezapisy.pl
W celu zapisania się na biegi i marsz należy wybrać z listy:
Bieg o Puchar Prezesa DR. OETKER na 6 km w Starzynie lub Marsz NORDIC WALKING 60+ o Puchar Prezesa DR. OETKER na 3 km w Starzynie.

Wpłaty online przez elektroniczne zapisy. Osoby uczestniczące w biegu i marszu wpłacają wpisowe 30 zł. Jeśli będą chciały wziąć udział jeszcze w konkurencji indywidualnej w/w opłata biegowa upoważnia do startu w rekreacji.

Dane do kontaktu: Waldemar Płomień: tel. **666 277 227**

Bieg i marsz przebiegać będzie terenami po drogach polnych i leśnych.
Klasyfikacja OPEN mężczyzn i kobiet 6 miejsc.
Kategorie wiekowe: **18-39 lat / 40-59 lat / 60+**

Nagrody z kategorii OPEN i kategorii wiekowych nie dublują się!
Marsz Nordic Walking odbędzie się w dwóch kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn: 60 + (1965 – 1956) oraz 70+ (1955 i starsi).

10. WIEK UCZESTNIKÓW / WARUNKI UCZESTNICTWA:

Zespoły w konkurencjach drużynowych startują w jednolitych strojach.

W igrzyskach uczestniczyć mogą jedynie zawodnicy pełnoletni – decyduje rocznik 2007 i starsi! Każdy uczestnik może stratować maksymalnie w 2 konkurencjach! W konkurencjach drużynowych dany samorząd zgłasza jedną drużynę. Najlepsza drużyna / zawodnik w danej konkurencji zdobywa punkty do klasyfikacji drużynowej samorządów.

11. KLASYFIKACJA DRUŻYNOWA:

1) Za zajęcie miejsc w poszczególnych konkurencjach drużynowych i indywidualnych zawodnicy będą zdobywali punkty dla reprezentowanej gminy/miasta. Do punktacji drużynowej zaliczane będą punkty najlepszej drużyny bądź najlepszego zawodnika z danej konkurencji.

2) **Konkurencje Drużynowe:** piłka nożna, piłka koszykowa, piłka siatkowa, przeciąganie liny, Baśka Kaszubska, trójbój KGW, konkurs Seniorów, konkurs OSP - Jak Wojtek został strażakiem:

   Punktacja: I – 20pkt., II – 18pkt., III – 16pkt., IV – 14 pkt., V – 12pkt., VI – 10pkt., VII – 8 pkt., VIII – 6 pkt., IX – 4 pkt., X – 2 pkt., XI i kolejne po 1 pkt.

3) **Konkurencje Indywidualne:**

   Punktacja: I – 10pkt., II - 8 pkt., III - 7 pkt., IV – 6pkt., V - 5 pkt., VI - 4 pkt., VII – 3pk., VIII - 2 pkt. IX i kolejne po 1 punkcie

12. NAGRODY:

- W każdej dyscyplinie indywidualnej i konkurencjach drużynowych, zdobywcy trzech pierwszych miejsc otrzymają pamiątkowe statuetki oraz nagrody i upominki zgodnie z możliwościami finansowymi organizatorów.
- 8 NAJWYŻEJ SKLASYFIKOWANYCH reprezentacji gminy/miasta otrzyma pamiątkowe puchary oraz nagrody w postaci sprzętu sportowego, za miejsca zajęte w końcowej klasyfikacji igrzysk.

13. PAKIET STARTOWY ZAWODNIKA:

- ciepły posiłek turystyczny
- woda
- pamiątkowy medal za udział w IX Wojewódzkich Igrzyskach LZS, osobne medale za udział w Biegu na 8 km. i Marszu Nordic Walking na 4 km.
- trofea i nagrody rzeczowe dla najlepszych
- ubezpieczenie OC i NNW z polisy Pomorskiego Zrzeszenia LZS
- los do losowania nagród niespodzianek w czasie podsumowania Igrzysk LOSOWANIE NAGRÓD NIESPODZIANEK przed wręczeniem nagród głównych ok. godz. 16.00 (po zakończeniu wszystkich konkurencji Igrzysk!)
- opieka medyczna

14. HARMONOGRAM:

- **Niedziela, 15.06.2023 r.**
- 08:30 10:00 praca biura zawodów – wydawanie pakietów, potwierdzanie list obecności
- 10:00 - rozpoczęcie meczy piłki nożnej (losowanie drużyn i stworzenie grup startowych nastąpi wcześniej w otwartej formie on-line.
- 10:00 - rozpoczęcie meczy siatkówki na trawie kobiet i mężczyzn
- 10:00 - rozpoczęcie meczy koszykówki kobiet i mężczyzn
- 10:00 – tenis stołowy – sala sportowa Szkoły Podstawowej w Starzynie
- 10:30 – spacer farmerów OSP
- 10:30 – dojenie krowy dla gospodyń z KGW.
- 10:30 – Bieg na 6 km
- 10:30 – Baśka Kaszubska w PZS w Kłaninie
- 11:30 - marsz Nordic Walking 60+
- 11:30 – konkurs dla sołtysów
- 11:30 – konkurs dla radnych
- **12.00 – przerwa za zmaganiach sportowych i uroczyste otwarcie Igrzysk LZS**
- **12.30 - dekoracja zawodników/zawodniczek Biegu Przełajowego i Marszu Nordic Walking**
- 13:00 - Konkurs rzutów gumowcem
- 13:00 – Konkurs dla Członkiń KGW
- 13:15 -Wyciskanie ciężarka 17,5 kg mężczyzn i 10 kg kobiet
- 13:45 – Konkurs dla wójtów
- 14:00 – przeciąganie liny kobiet i mężczyzn
- 14:30 – Konkurs dla działaczy
- 14:30 – Konkursy dla seniorów
- 15:00 – Konkurs – Jak Wojtek został strażakiem OSP
- 16.00 – losowanie nagród niespodzianek, wręczenie nagród, medali, pucharów w konkurencjach indywidualnych i drużynowych oraz klasyfikacji generalnej samorządów, występy artystyczne.
- **17.00 - zamknięcie Pomorskich Igrzysk LZS – zabawa pod chmurką**

15. OPŁATY WPISOWE:

1) Drużyny – reprezentacje gmin/miast, które zgłaszają akces udziału reprezentacji w Igrzyskach samorządowych wnoszą jedną opłatę - **1200 zł wraz ze zgłoszeniem całej reprezentacji - max 60 osób.**

2) Zawodnicy biorący udział w konkurencjach indywidualnych – 25 zł od konkurencji (można wziąć udział w 2 konkurencjach).

KONKURENCJE DRUŻYNOWE	ILOŚĆ UCZESTNIKÓW	OPŁATA (zł)	TERMIN
Piłka Nożna M	8	200 od drużyny	Do 10.06.2025
Siatkówka K/M	4	100 od drużyny	Do 10.06.2025
Koszykówka K/M	4	100 od drużyny	Do 10.06.2025
Przeciąganie Liny K/M	5	125 od drużyny	Do 10.06.2025
Spacer Farmerów OSP	4	100 od drużyny	Do 10.06.2025
Panie z KGW	3	75 od drużyny	Do 10.06.2025
Seniorzy	4	100 od drużyny	Do 10.06.2025
„Baśka" Kaszubska	4 os. dowolna ilość grup	100 zł od drużyny	Do.10.06.2025 bądź na miejscu do godz. 9.00

KONKURENCJE INDYWIDUALNE	ILOŚĆ UCZESTNIKÓW	OPŁATA (zł)	TERMIN
Bieg na 8 km, Marsz Nordic Walking	Dowolna	25 zł/ osoby	Wg elektronicznych zapisów
Wyciskanie ciężarka 17.5kg	1 os. w kat. wagowej	25	Do 10.06.2025
Wójtowie	1	25	Do 10.06.2025
Konkurs dla radnych – strzały na bramkę	1	25	Do 10.06.2025
Działacze sportowi	1	25	Do 10.06.2025
Sołtysi	1	25	Do 10.06.2025
Sztuczna krowa	2	50	Do 10.06.2025
Opona	2	50	Do 10.06.2025
Tenis stołowy	Bez limitu	25/osobę	Do 10.06.2025

16. KONTAKT:

Wszelkich dodatkowych informacji dotyczących Pomorskich Igrzysk LZS udzielają:

1) **Wiesław Oberzig** – Wiceprezes PZ LZS – wiesław.oberzig@gmina.puck.pl
   tel. 608-341-880

2) **Jan Trofimowicz** – Wiceprezes PZ LZS – jasiu.t@wp.pl
   tel. 508-738-161

INFO DOTYCZĄCE POSZCZEGÓLNYCH DYSCYPLIN DRUŻYNOWYCH:

BIEG/MARSZ NORDIC WALKING – Waldemar Płomień – tel. 666-277-227
BAŚKA KASZUBSKA – Henryk Radke – 508-817-552 henryk.radtke@gmail.com

17. DANE OSOBOWE:

1. Uczestnik zgłaszający swoją chęć udziału w zawodach sportowych podaje, dane (imię, nazwisko, datę urodzenia i miejsce zamieszkania)
2. Wszystkie podane przez uczestnika dane powinny być zgodne ze stanem faktycznym.
3. Uczestnikowi, podającemu dane osobowe, w każdym czasie przysługuje możliwość zmiany podanych przez siebie danych osobowych, ich aktualizacji, modyfikacji bądź zgłoszenia żądania ich usunięcia. Zgłoszenie żądania usunięcia danych powinno zostać przekazane na adres organizatora.
4. Żądanie usunięcia danych nie wpływa na zgodność z prawem ich przetwarzania przed momentem żądania ich usunięcia.

18. PRAWA WŁASNOŚCI INTELEKTUALNEJ:

Każdy uczestnik używający zdjęć lub materiałów graficznych Pomorskich Igrzysk LZS w mediach społecznościowych musi oznaczyć i otagować organizatora @Pomorski LZS.

19. MEDIA:

Przebieg zawodów będzie rejestrowany za pośrednictwem zdjęć i nagrań video. Informacje na temat przebiegu i organizacji zawodu będą pojawiać się w prasie i mediach społecznościowych (Facebook, Instagram).

20. ZMIANA REGULAMINU:

1. W szczególnie uzasadnionych przypadkach Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany postanowień niniejszego regulaminu.
2. W przypadku dokonania zmiany postanowień regulaminu, na stronie lzs-pomorski.pl organizator zamieści informację o zmianie regulaminu, podając moment wejścia tej zmiany w życie.
3. Uczestnik jest zobowiązany do zapoznania się z treścią regulaminu, również w przypadku ogłoszenia zmiany treści regulaminu.

21. IMPREZY TOWARZYSZĄCE:

Organizatorzy przygotowują gastronomię z potrawami regionalnymi, a także piwne parasole. Występy artystyczne przed i po losowaniu nagród głównych – zabawa przy muzyce „na żywo”.

Zał. Nr. 1: Lista startowa Gmina/Miasto……..…….

L.p.	Dyscyplina	Imię i Nazwisko	Rocznik	Miejscowość / Drużyna
1	Piłka nożna			
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9	Piłka koszykowa K			
10				
11				
12				
13	Piłka koszykowa M			
14				
15				
16				
17	Siatkówka K			
18				
19				
20				
21	Siatkówka M			
22				
23				
24				
25	Przeciąganie Liny K			
26				
27				
28				
29				
30	Przeciąganie Liny M			
31				
32				
33				
34				

L.p.	Dyscyplina	Imię i Nazwisko	Rocznik	Miejscowość / Drużyna
35	Baśka Kaszubska			
36				
37				
38				
39	KGW			
40				
41				
42	OSP			
43				
44				
45				
46	Seniorzy			
47				
48				
49				
50	Spacer Farmera			
51				
52				
53	Opona			
54				
55	Sztuczna Krowa			
56				
57	Tenis stołowy K			
58	Tenis stołowy M			
59	Tenis stołowy M 40+			
60	Tenis stołowy M 60+			
61	Ciężarek K do 70 kg			
62	Ciężarek K +70 kg			
63	Ciężarek M do 85 kg			
64	Ciężarek M +85 kg			
65	Konkurs dla Radnych			
66	Konkurs dla Wójtów			
67	Konkurs Działaczy LZS			
68	Konkurs dla Sołtysów			