

Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej



***VI Ogólnopolski Festiwal Sportu dla Wszystkich
„Aktywni dla Niepodległej”***



SIERAKÓW, 8 - 11.06.2023 r.



Komunikat

VI Oólnopolski Festiwal Sportu dla Wszystkich „Aktywni dla Niepodległej”

Organizator

Zarząd Główny Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej

Termin i miejsce

8 – 11. czerwca 2023r.
Sierakowskie Centrum Sportowo – Szkoleniowe TKKF
Sieraków, ul. Poznańska 27, tel. 61 295 21 28

Cel imprezy

Integracja środowisk poprzez uczestnictwo w rywalizacji sportowo– rekreacyjnej.

Promocja wartości zdrowotnych aktywności ruchowej.

Wychowanie patriotyczne poprzez sport.

Komenda Festiwalu

Komendant - Dariusz Górczyński

Z-ca Komendanta – Karol Oleksy

Z-ca Komendanta – Władysław Stępień

Z-ca Komendanta - Andrzej Tymusz

Główny Sędzia – Dariusz Abramuk

**VI Ogólnopolski Festiwal Sportu dla Wszystkich
„Aktywni dla Niepodległej”
Sieraków 8- 11 czerwca 2023**

8.06. (czwartek)

Przyjazd uczestników do godz. 17.00

Godz.18.00 – Kolacja

Godz. 19.30 – Odprawa kierowników ekip wojewódzkich i sędziów w Zielonej Świątlicy

Godz.20.00 – Spotkanie integracyjne przy muzyce

9.06. (piątek)

8.00 – 9.00 – Śniadanie

9.15 - 9.30 - Ceremonia otwarcia – bieżnia przed Zieloną Świątlicą

9.45 – 12.45 –**Rozgrywki sportowo-rekreacyjne**

10.00 – 12.00 - *NordicWalking*

13.00 – 14.45 – Obiad

15.00 – 17.45 – **Dalszy ciąg rozgrywek sportowo–rekreacyjnych**

18.00 – 19.30 – Kolacja

21.00 - Ognisko, zabawa taneczna przy muzyce, pieczenie kiełbasek

10.06.(sobota)

8.00 – 9.00 – Śniadanie

9.00 – 12.45 – **Dalszy ciąg rozgrywek sportowo–rekreacyjnych**

13.00 – 15.00 – Obiad

15.00 – 19.00 – **Dalszy ciąg rozgrywek sportowo–rekreacyjnych**

19.00 – 20.00 – Kolacja

20.00 – Spotkanie przy muzyce uczestników

11.06. (niedziela)

8.00 – 9.00 – Śniadanie

9.00 – 11.00 – **Dokończenie rozgrywek sportowo-rekreacyjnych**

12.15 - 13.00 – Zakończenie Festiwalu – przed recepcją

13.00 – 13.30 – Obiad

13.30 – Wyjazd uczestników

Uwaga. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany ramowego programu

Zasady odpłatności

1. Odpłatność osób obejmuje 3 noclegi (w zależności od wybranego domku wg tabeli poniżej - od kolacji 8.06.2023 r. do obiadu 11.06.2023 r.).

Wstępny podział domków dla województw, w załączniku, analogicznie do roku poprzedniego.

Nazwa domku	8.06 .- 11.06. 2023
	domek/doba
SN (4 os.)	250,00
Dąbrowa (4 os.)	240,00
Bieszczady (5 os.)	250,00
Bieszczady (3 os.)	150,00
Bieszczady (2 os.)	100,00
Instruktorka 1-7 (2 os.)	120,00
Instruktorka 8-11 (10 os.)	300,00
FIN 1-18 (4 os.)	120,00
FIN 27-40 (4 os.)	150,00
FIN 27-40 (3 os.)	90,00
FIN 27-40 (2 os.)	60,00
Juniorki (7-9 os.)	220,00

W ośrodku pobierana jest opłata klimatyczna.

2. Uczestnicy pokrywają koszty noclegów i wyżywienia.
3. Koszty wyżywienia od kolacji 8.06.2023 r. do obiadu 11.06.2023 r. wynoszą 159,00 (3x53,00).
4. Śniadanie i kolacja w formie bufetu szwedzkiego, obiad – serwowany.
5. W przypadku wcześniejszego (przed 8.06.2023) przyjazdu do SCS-S, obowiązuje odpłatność wg cennika.
6. Wpłaty należności za udział uczestników w Festiwalu należy dokonać przelewem w terminie do dnia **15.05.2023 r.** na konto Sierakowskiego Centrum Sportowo-Szkoleniowego TKKF Sieraków ul. Poznańska 27. nr **65 9082 0005 0000 4893 2000 0010.**
7. Zgłoszenie liczby uczestników na festiwal (do Sierakowskiego Centrum Sportowo-Szkoleniowego TKKF Sieraków ul. Poznańska 27 i potwierdzenie wpłaty) należy przesłać pocztą elektroniczną do dnia **15.05.2023 r.**, na adres : darek@wtkkf.pl
8. Informacje o imprezie można uzyskać u Dariusza Gorczyńskiego tel. 604 067 776.
9. Wpisowe w wysokości 30 zł od osoby płatne przez ogniska należy wpłacić do 30.04.2023 na: Zarząd Główny TKKF rachunek bankowy nr **06 1160 2202 0000 0001 7284 6451**, a listę uczestników wysłać za których dokonano opłaty na adres: zgtkkf@wp.pl

Zasady uczestnictwa i sędziowania imprez sportowo-rekreacyjnych

1. Zarządy Wojewódzkie Stowarzyszeń Kultury Fizycznej mogą zgłosić dowolną ilość uczestników.
 2. Kierownicy ekip wojewódzkich muszą posiadać oświadczenia (indywidualne lub zespołowe) o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zajęciach sportowych, a w grupie do 18 lat zgodę rodziców/opiekunów prawnych.
 3. Wstępne zgłoszenia do rozgrywek zespołowych należy przesłać do 20.05.2023 roku na adres: darek@wtkkf.pl
 4. Ostatecznego zgłoszenia indywidualne i zespołowe do dyscyplin sportowych należy zgłosić na wymaganych formularzach w Komendzie Festiwalu do godz. 20:00 w dniu 8.06.2023. Formularze zgłoszeniowe będzie można otrzymać w Komendzie Festiwalu podczas rejestracji ekipy.
 5. Organizatorzy zwracają się z propozycją, aby bezpośrednimi organizatorami i sędziami poszczególnych rozgrywanych dyscyplin i konkurencji byli uczestnicy Festiwalu. W przypadku braku zgłoszeń sędziów ze strony województw do konkurencji rekreacyjnych, mogą się one nie odbyć.
- Zgłoszenia prosimy przesyłać pocztą elektroniczną do Dariusza Gorczyńskiego- Wiceprezesa ZG TKKF– Komendanta Festiwalu na adres darek@wtkkf.pl w terminie do 20.05.2023.
- Szczegółowe informacje 604067776.
- Jednocześnie prosimy o przesłanie na w/w adres bezpośredniego kontaktu do kierowników poszczególnych ekip, które będą organizowały konkurencje i obsługę sędziowską.
- W przypadku większej liczby zgłoszeń do organizacji danej konkurencji w drodze wspólnych uzgodnień dokonamy wyboru sędziego/organizatora.

Kategorie wiekowe

1. Rywalizacja będzie się odbywać w następujących kategoriach wiekowych:

Kat. A - Gr. I - rocznik 1983 i starsi

Kat. B - Gr. II - rocznik 1984 i młodsi

2. Zawodnik/zespół będzie klasyfikowany w danej kategorii tylko wtedy, gdy w rywalizacji weźmie udział co najmniej 4 uczestników/4 zespoły.

3. Zawodnik z kategorii starszej może startować w kategorii młodszej.

Punktowane konkurencje i dyscypliny

1. Prowadzona będzie klasyfikacja generalna w rywalizacji województw, będąca sumą punktów zdobytych przez reprezentantów danego województwa zarówno w dyscyplinach indywidualnych jak i zespołowych (bez konkurencji rekreacyjnych).

2. Konkurencje punktowane do klasyfikacji generalnej

Nazwa konkurencji	Kategoria
Turniej t. stołowego	Open K, M (A+B)
Turniej tenisowy	Open K, M (A+B)
Turniej szachowy	Open K, Open M
Turniej p. nożnej	M (A+ B)
Turniej siatkówki	Open K, M (A+ B)
Turniej plażowej siatkówki	Open K, M (A+B)
Turniej koszykówki ulicznej	Open K, M (A+ B)
Turniej łuczniczy	Open K, Open M
Turniej kometki	Open K, M (A+ B)
Turniej w bule	Mikst

3. Konkurencje indywidualne nie objęte punktacją generalną

Nazwa konkurencji	Kategoria
Rzut kaloszem	Open K, Open M
Rzut lotką do tarczy	Open K, Open M
Rzut lotką do tarczy – dzieci do 12 lat	Open
Błaszk	Open K, Open M
Bieg po kopercie	Open K, Open M
Slalom hokejowy	Open K, Open M
NordicWalking	indywidualnie
Test Coppera	Indywidualnie

Punktacja

1. W każdej konkurencji indywidualnej i kategorii wiekowej punktowanych będzie 8 najlepszych zawodniczek i zawodników

Miejsce	Ilość punktów
I	10
II	8

III	6
IV	5
V	4
VI	3
VII	2
VIII	1

2.W każdej konkurencji zespołowej i kategorii wiekowej punktowanych będzie 8 najlepszych zespołów:

Miejsce	Ilość punktów
I	20
II	16
III	12
IV	10
V	8
VI	6
VII	4
VIII	2

3.Zgłoszenia do poszczególnych konkurencji sportowych należy dokonać na karcie startowej, którą będzie można pobrać w Komendzie Festiwalu.

Zapisy do konkurencji rekreacyjnych będą przyjmowane na miejscu rozgrywania tej konkurencji.

Nagrody regulaminowe

- 1.W konkurencjach indywidualnych zawodnicy, którzy zajmą miejsca I – III otrzymają medale.
- 2.W konkurencjach zespołowych drużyny, które zajmą miejsca I – III otrzymają puchary i medale, natomiast miejsca IV–VI otrzymają dyplomy.
- 3.Najlepsi (miejsca I–VI) w klasyfikacji generalnej otrzymają puchary, wszystkie województwa – dyplomy.
- 4.Dekoracje w konkurencjach indywidualnych odbywać się będą po zakończeniu konkurencji.
- 5.Dekoracje w konkurencjach zespołowych i klasyfikacji generalnej odbędą się w dniu zamknięcia Festiwalu.

Regulaminy imprez sportowo – rekreacyjnych

REGULAMINY KONKURENCJI PUNKTOWANYCH DO KLASYFIKACJI GENERALNEJ

Uwaga!

1. W grach zespołowych punktacja będzie prowadzona jeżeli w danym turnieju wystartują co najmniej 4 zespoły.

2. W grach zespołowych jedno województwo mogą reprezentować 2 drużyny do punktacji województw wskazanych w zgłoszeniu.

Turniej tenisa stołowego

1. Przeprowadzone będą tylko gry *indywidualne*.
2. System gier *zostanie przyjęty* w zależności od ilości zgłoszonych zawodników.
3. Zawodnicy z tych samych ognisk TKKF zostaną rozstawieni.

Turniej tenisa

1. Przeprowadzone będą tylko gry *indywidualne*.
2. System gier *zostanie przyjęty* w zależności od ilości zgłoszonych zawodników.
3. Zawodnicy z tych samych ognisk TKKF zostaną rozstawieni.

Turniej szachowy

1. Przeprowadzone będą tylko gry indywidualne

2. System gier *zostanie przyjęty* w zależności od ilości zgłoszonych zawodników.

Turniej piłki nożnej 5. osobowej

1. Zespół może składać się *maksymalnie* 10 zawodników.
2. Na boisku może przebywać jednocześnie czterech zawodników z pola i bramkarz. Zawodnik rezerwowego może wejść w dowolnym momencie do gry, po uprzednim opuszczeniu boiska przez zawodnika grającego.
3. System gry *zostanie przyjęty* w zależności od ilości zgłoszonych zespołów.
4. Czas gry we wszystkich spotkaniach wynosi maksymalnie 2x10 min, ze zmianą stron, bez przerwy. W przypadku dużej ilości zespołów czas meczów może ulec skróceniu.
5. Ze względu na nawierzchnię (sztuczna trawa) zezwala się na grę wyłącznie w piłkarskim obuwiu halowym.
6. Turniej rozegrany zostanie na boiskach z bramkami 2x5 m.

7. Obowiązują przepisy halowej piłki nożnej:

- całkowity zakaz gry wślizgiem i wejścia barkiem,
 - gra z autu wznawiana jest nogą,
- czas na wznowienie gry (również przez bramkarza wynosi 4 sek.),
- ustawienie : odległość zawodników od piłki przy autach i rzutach wolnych wynosi 5 m,
- zmiany wielokrotne (obowiązuje strefa zmian przy linii środkowej boiska), w momencie gdy piłka jest poza grą
- bramkarz po wyjściu piłki na aut bramkowy wprowadza piłkę do gry w dowolny sposób z pola bramkowego,
- bramkarz nie może dotknąć ręką piłki podanej przez własnego zawodnika (również z autu lub po do graniu dowolną częścią ciała),
- obowiązują kary czasowe 2, 3, min.,
- za rażące naruszenie przepisów zawodnik może być ukarany czerwoną kartką i usunięty z

boiska do zakończenia spotkania,

-zawodnika ukaranego czerwoną kartką można zastąpić innym po 5 min.

- zespół, w którym zostało usuniętych dwóch zawodników, a na boisku w tym momencie przebywa 2 zawodników plus bramkarz, zostaje zdekompletowany i przegrywa spotkanie walkowerem.

8.Punktacja: zwycięstwo 3 pkt, remis 1 pkt, przegrana 0 pkt.

9.W przypadku takiej samej ilości zdobytych punktów przez dwa lub więcej zespołów o kolejności końcowej decyduje wynik bezpośredniego spotkania pomiędzy tymi zespołami, następnie różnica bramek na danym etapie rozgrywek, większa liczba zdobytych bramek na danym etapie.

10.W meczach wymagających bezpośredniego wyłonienia zwycięzcy, w przypadku remisu nie ma dogrywki, tylko seria 3 rzutów karnych, a następnie pojedyncze rzuty karne wykonywane przez pozostałych zgłoszonych zawodników do rozstrzygnięcia.

Turniej siatkówki

1.Zespół składa się z sześciu zawodników/czek występujących na boisku oraz trzech rezerwowych.

2.System gry *ustalony zostanie* zależności od ilości zgłoszonych zespołów.

3.Mecze eliminacyjne

- *mecz wygrywa zespół który wygra dwa sety*

- *set wygrywa zespół który pierwszy uzyska 15 punktów z różnicą minimum dwóch punktów, a w przypadku remisu 14:14 gra jest kontynuowana do uzyskania różnicy dwóch punktów,*

- *w przypadku remisu 1:1 rozgrywany jest set decydujący do momentu uzyskania przez jeden z zespołów 11 punktów z różnicą minimum dwóch punktów, a w przypadku remisu 10:10 gra jest kontynuowana do uzyskania różnicy dwóch punktów,*

4.Punktacja w eliminacjach – zwycięstwo 2 pkt., porażka 1 pkt.

5.*W przypadku eliminacji rozgrywanych w grupach kolejność drużyn (tabela) ustalona jest wg liczby zdobytych punktów.*

W przypadku równej liczby punktów meczowych o wyższym miejscu w tabeli decydują kolejno:

a)liczba wygranych meczów,

b)lepszy (wyższy) stosunek setów zdobytych do straconych

c)lepszy (wyższy) stosunek małych punktów zdobytych do straconych

d)wynik meczu rozegrany pomiędzy zainteresowanymi drużynami.

6. *Mecze półfinałowe i finałowe:*

- *mecz wygrywa zespół który wygra dwa sety ,*

- *set wygrywa zespół który pierwszy uzyska 25 punktów z różnicą minimum dwóch punktów, a w przypadku remisu 24:24 gra jest kontynuowana do uzyskania różnicy dwóch punktów,*

- *w przypadku remisu 1:1 rozgrywany jest set decydujący do momentu uzyskania przez jeden z zespołów 15 punktów z różnicą minimum dwóch punktów, a w przypadku remisu 14:14 gra jest kontynuowana do uzyskania różnicy dwóch punktów,*

7.*Pozostałe zasady zgodnie z przepisami gry w piłkę siatkową.*

8.Dopuszcza się zespoły mieszane, ale będą one klasyfikowane w kategorii mężczyzn.

Turniej siatkówki plażowej

1.Zespół składa się z *dwóch* zawodników.

2.System gry *ustalony zostanie* zależności od ilości zgłoszonych zespołów.

3.Mecze eliminacyjne będą rozgrywane w formie jednego seta do 21 pkt. *z różnicą minimum dwóch punktów a w przypadku remisu 20 : 20 gra jest kontynuowana do uzyskania różnicy dwóch punktów.*

4.*W przypadku eliminacji rozgrywanych w grupach kolejność drużyn (tabela) ustalona jest wg liczby zdobytych setów (jeden set to jeden punkt).*

W przypadku równej liczby zdobytych setów (punktów) meczowych o wyższym miejscu w tabeli decydują kolejno:

a) lepszy (wyższy) stosunek małych punktów zdobytych do straconych

b) wynik meczu rozegrany pomiędzy zainteresowanymi drużynami.

5. *Mecze finałowe:*

- *mecz wygrywa zespół który wygra dwa sety ,*
 - *set wygrywa zespół który pierwszy uzyska 15 punktów z różnicą minimum dwóch punktów, a w przypadku remisu 14:14 gra jest kontynuowana do uzyskania różnicy dwóch punktów,*
 - *w przypadku remisu 1:1 rozgrywany jest set decydujący do momentu uzyskania przez jeden z zespołów 11 punktów z różnicą minimum dwóch punktów, a w przypadku remisu 10:10 gra jest kontynuowana do uzyskania różnicy dwóch punktów,*
6. Pozostałe zasady zgodnie z przepisami *gry w piłkę siatkową plażową*.
7. Ekipa wojewódzka może wystawić maksymalnie 4 zespoły.

Turniej koszykówki ulicznej

1. Zespół składa się z trzech zawodników i jednego rezerwowego.
2. Każda gra odbywa się na jedną tablicę. Łukowata linia dzieli boisko na strefę rzutów za 1 pkt. (wewnątrz) i strefę rzutów za 2 pkt. (zewnątrz).
3. Każdy mecz trwa 10 min. lub do momentu, gdy jedna z drużyn zdobędzie 15 pkt. Liczba zmian jest nieograniczona, lecz dozwolona jedynie podczas przerw w grze. Wszystkie wznowienia oraz rozpoczęcie gry następuje spoza linii końcowej. W przypadku remisu o wyniku decydują rzuty wolne wykonywane na przemian przez **3** zawodników z każdej drużyny.
4. Pozostałe przepisy gry zgodnie z regulaminem PZKosz.
5. System gry w zależności od ilości zgłoszonych zespołów.
6. Punktacja: zwycięstwo 2 pkt., porażka 1 pkt.
7. W przypadku takiej samej ilości zdobytych punktów przez dwa lub więcej zespołów o kolejności końcowej decyduje wynik bezpośrednich spotkań między tymi zespołami, następnie różnica małych punktów większa liczba zdobytych małych punktów.
8. Dopuszcza się zespoły mieszane, ale będą one klasyfikowane w kategorii mężczyzn.

Badminton (kometka)

1. Rozgrywki eliminacyjne przeprowadzone zostaną w grupach systemem „każdy z każdym” **lub pucharowym do dwóch meczów przegranych w zależności od ilości zgłoszeń.**
2. **W przypadku rozegrania eliminacji w grupach,** faza finałowa, do której zakwalifikują się zawodnicy, którzy zajmą pierwsze i drugie miejsce w grupach, przeprowadzona zostanie systemem pucharowym.
3. Mecze rozgrywane będą systemem 2. setowym (punkt z każdej akcji). W turnieju przewiduje się mecze do 15 pkt. (lub do 21 pkt.) w fazie grupowej i pucharowej; sety do dwóch punktów przewagi, w przypadku seta do 15 pkt. gramy maks. do 20–tu punktów, w przypadku seta do 21 pkt. gramy maks. do 30–tu pkt.
4. Aby turniej w danej kategorii był rozgrywany, muszą być zgłoszone minimum 3 osoby. W innym przypadku zawodnik/zawodniczka może grać w kategorii Open.
5. Organizatorzy zapewnią możliwość nabycia lotek na miejscu. Istnieje też możliwość wypożyczenia rakietki.
6. Mecze sędziują sami zawodnicy uczestniczący w zawodach oraz sędzia odpowiedzialny za turniej.
7. Sędzia główny może zarządzić przeprowadzenie turnieju innym systemem we wszystkich grach.

Turniej bule (Pétanque)

1. Turniej przeprowadzony zostanie w kategorii mikst bez podziału na kategorie wiekowe,
2. Drużyna składa się z kobiety i mężczyzny (*mixt*).
3. System *gry ustali się* w zależności od ilości zgłoszonych drużyn.
4. **Partia (mecz) składa się z kilku rozgrywek.**
5. Każdy z zawodników ma do dyspozycji trzy bule.
6. **W danej rozgrywce** każdy zawodnik stara się umieścić swoją bulę jak najbliżej świnki lub wybić bulę **punktując** przeciwnika.

7. Rzuca zawsze zawodnik drużyny, której buła aktualnie nie punktuje (nie znajduje się najbliżej świnki).
8. Po wyrzuceniu wszystkich buł gracze podliczają punkty. Zdobywa je tylko zwycięzca rozgrywki (którego buła stoi najbliżej świnki), który otrzymuje punkt za każdą bułę umieszczoną bliżej świnki niż najbliższa śwince buła przeciwnika.
9. Każdą następną rozgrywaną partię rozpoczyna zwycięzca poprzedniej partii wskazując miejsce wyrzucania buł z linii końcowej pola.
- 10. Partię (mecz) wygrywa zespół, który jako pierwszy osiągnął 13 punktów (ewentualnie mniejszą ilość punktów ustaloną przez organizatora)**
- 11. Organizator dopuszcza używanie przez zawodników własnego sprzętu (buł).**

Turniej łuczniczy.

1. W turnieju uczestniczą reprezentacje ekip wojewódzkich składające się z 4. osobowych drużyn: męskiej i kobiecej, bez podziału na kategorie wiekowe.
2. Turniej zostanie przeprowadzony w konkurencji drużynowej kobiet i mężczyzn.
3. Strzelanie turniejowe odbywać się będzie z odległości 10 metrów do tarczy \varnothing 80 cm.
4. W rundzie eliminacyjnej każdy zawodnik z drużyny oddaje 4 strzały.
5. O kolejności w rundzie eliminacyjnej decyduje ilość punktów zdobytych przez drużynę.
6. Przy równej ilości punktów zdobytych przez drużyny następuje dodatkowa seria po 4 strzały (**każdy zawodnik w drużynie strzela raz**).
7. Do finału turnieju wchodzi : **4 drużyny kobiet i 4 najlepsze drużyny mężczyzn** z najlepszymi wynikami z rundy eliminacyjnej.
8. Runda finałowa rozgrywana będzie na zasadach „każda drużyna z każdą drużyną”
9. W rundzie finałowej każdy zawodnik z drużyny oddaje 4 strzały **w jednym meczu**.
10. O kolejności miejsca w rundzie finałowej decyduje ilość punktów zdobytych przez drużynę w strzelaniach finałowych.
11. Przy równej ilości punktów zdobytych przez drużyny następuje dodatkowa seria po 4 strzały (**każdy zawodnik w drużynie strzela raz**) ustalająca kolejność miejsc w finale.

REGULAMINY KONKURENCJI NIE OBJĘTYCH PUNKTACJĄ GENERALNĄ

Rzut „Błaszki”

1. Zawodnik wykonuje 10 rzutów.
2. Suma zdobytych punktów decyduje o miejscu w klasyfikacji końcowej konkursu.
3. Przy równej ilości punktów o kolejności miejsc decydują 3 dodatkowe rzuty po trzy blaszki.

Rzut kaloszem

1. Zawodnik wykonuje 2 rzuty.
2. Zawodnikowi zaliczony zostaje najdłuższy rzut (pierwsze miejsce dotknięcia kalosza ziemi)
3. Przy takiej samej zdobytej odległości o kolejności miejsc decyduje rzut dodatkowy.

Bieg po „kopercie”

1. Zawodnik biegnie „po kopercie” tylko jeden raz.
2. Czas uzyskany przez zawodnika decyduje o zajętych miejscach w klasyfikacji **końcowej**.

NordicWalking

- 1. Instruktarz, rozgrzewka, wymarsz na trasę około 5 km.**
- 2. Udział biorą wszyscy chętni uczestnicy Festiwalu.**

Slalom hokejowy

- 1.Zawodnik pokonuje odległość 20 m, prowadząc pomiędzy pachołkami piłeczkę tenisową kijem do unihokeja, oddając następnie z wyznaczonej linii strzał do bramki.
- 2.Czas zawodnika zatrzymywany jest z chwilą umieszczenia piłeczki w bramce do unihokeja.
- 3.Zawodnik nie może przekroczyć wyznaczonej linii strzału.
- 4.Czas uzyskany przez zawodnika decyduje o zajęтым miejscu.

Rzut lotką do tarczy

- 1.Zawodnik wykonuje 5 rzutów.
- 2.Suma zdobytych punktów decyduje o zajęтым miejscu.
- 3.Przy równej ilości zdobytych punktów przez zawodników decydują trzy dodatkowe rzuty.

Test Coopera

Test Coopera, określający poziom kondycji fizycznej, polega na pokonaniu (biegnąc lub idąc) jak najdłuższego dystansu w ciągu 12 minut. Pokonany dystans należy odnaleźć w tabeli odpowiedniej dla płci i wieku i odczytać wynik. Tabela dostępna będzie u sędziego prowadzącego test.

Test Coopera zostanie przeprowadzony na bieżni stadionu.

Uwaga

Zachęcamy ekipy do zaprezentowania podczas Festiwalu gry lub zabawy rekreacyjnej, poza zgłoszonymi do programu Festiwalu i w miarę możliwości zapewnienie nagród dla jej uczestników.

Wszelkie sprawy sporne dotyczące regulaminów turniejów, konkursów i gier rekreacyjnych odbywających się w czasie Festiwalu rozstrzyga Sędzia Główny lub Komenda Festiwalu.

Komenda Festiwalu

Załączniki:

1. Harmonogram rozgrywek sportowo – rekreacyjnych
2. Druk zgłoszenia

Załącznik nr 1

Harmonogram rozgrywek sportowo - rekreacyjnych

9 czerwiec 2023 r. (piątek)

Godzina	Dyscyplina/konkurencja	Miejsce rozgrywek
10.00 – 17.30	Tenis stołowy	Hala sportowa
10.00– 17.30	Piłka nożna 5. osobowa	Boiska do piłki nożnej
10.00 - 12.00	Nordicwalking	Przed recepcją zbiórka
10.00 – 17.30	Bule (Pétanque)	Trawnik przy skoczniach w dal
15.00– 17.30	Tenis	Korty tenisowe

10.00– 17.30	Siatkówka	Boiska do siatkówki
15.00– 17.30	Łucznictwo – eliminacje	Teren przy Zielonej Świetlicy

10czerwiec 2023 r. (sobota)

Godzina	Dyscyplina/konkurencja	Miejsce rozgrywek
11.00 – 12.45	c.d. rozgrywek piątkowych	Obiekty SCSSz. TKKF
11.00-12.45	Prezentowanie gier i zabaw-wojewódzkie TKKF	W ustalonych miejscach
11.00 – 17.30	Szachy	Przed recepcją
15.00– 18.30	Koszykówka uliczna	Boiska do koszykówki
11.00 – 12.30	Rzut lotką do tarczy	Przed siłownią
15.00 – 18.00	Slalom hokejowy	Bieżnia stadionu
15.00– 18.30	Badminton (kometka)	Hala sportowa
15.00 –18.30	c.d. rozgrywek przedpołudniowych	Obiekty SCSSz. TKKF
15.00 – 18.30	Piłka plażowa	Boisko siatkówki plażowej
15.00 – 18.30	Błaszki	Okolice Zielonej Świetlicy
15.00 – 18.30	Bieg po kopercie	Bieżnia stadionu
15.00 – 18.30	Rzut kaloszem	Bieżnia stadionu

11czerwiec 2023 r. (niedziela)

Godzina	Dyscyplina/konkurencja	Miejsce rozgrywek
9.00 – 11.30	Zakończenie turniejów i rozgrywek	Obiekty SCSSz. TKKF
9.00 – 11.30	Test Coopera	Bieżnia stadionu

**VI Ogólnopolski Festiwal Sportu dla Wszystkich
„Aktywni dla Niepodległej”
Sieraków 8 – 11 czerwca 2023**

ZGŁOSZENIE WSTĘPNE

Ekipa/Ognisko TKKF

.....

Województwo

.....

Kierownik ekipy

.....

.....tel.....

Dyscyplina	Liczba zawodników	Liczba drużyn
Pilka nożna		
Pilka siatkowa		
Siatkówka plażowa		
Koszykówka uliczna (Streetball)		
Badminton (kometka)		
Bule		
Tenis stołowy		
Tenis		
Szachy		
Turniej luczniczy		
Razem		

Podpis osoby odpowiedzialnej:

