

REGULAMIN

ZAWODÓW

W WYCISKANIU SZTANGI W POZYCJI LEŻĄC

SAMBORZEC 11.02.2011 r.

1. Cel :

- popularyzacja i upowszechnianie aktywności ruchowej, jako formy zdrowego stylu życia i spędzania czasu wolnego,
- propagowanie dyscyplin siłowych - wyciskania sztangi leżąc,
- promocja Gminy oraz organizacji i stowarzyszeń sportowych.

2. Termin i miejsce- Hala przy ZPPO w Samborcu dn.11.02.2011r. godz. 18:00

3. Organizator- Gminne Centrum Kultury, Sportu i Rekreacji w Samborcu, Zespół Publicznych Placówek Oświatowych w Samborcu pan Robert Karwatowski

4. Uczestnicy:

Wszyscy chętni bez względu na miejsce zamieszkania, którzy ukończyli 14 rok życia.

5. Warunki uczestnictwa :

- zgłoszenie uczestnictwa należy zgłosić w dniu zawodów
- zawodnicy, którzy nie ukończyli 18 roku życia startują wyłącznie za pisemną zgodą rodziców lub opiekunów

6. Kategorie:

Zawody zostaną przeprowadzone w następujących kategoriach wagowych:

-14-16 lat (bez kategorii wagowych-klasy gimnazjalne)

Powyżej 16 roku życia obowiązują następujące kategorie wagowe:

- do 60 kg,

- do 67.5 kg,

- do 75 kg,

- do 82.5 kg,

- do 90 kg,

- powyżej 90kg

- OPEN Kobiety

7. Nagrody

Zawodnicy będą sklasyfikowani w każdej kategorii wiekowej i wagowej, puchary za zdobycie I miejsca, dyplomy dla uczestników turnieju.