j

WIELOBOJE UNIWERSALNE

IDEAŁ KALOKAGATHII – SPRAWNOŚĆ I WYTRZYMAŁOŚĆ FIZYCZNA, DOSKONAŁOŚĆ ETYCZNA

XXII TURNIEJ DZIEWIĘCIOBOJOWY im. WACŁAWA KUCHARA

XXII TURNIEJ DZIEWIĘCIOBOJOWY im. HALINY KONOPACKIEJ

CHOJNICE, 22 - 23 WRZEŚNIA 2012

(skrót regulaminu)

1. **ORGANIZATORZY:** UCZNIOWSKI KLUB SPORTOWY „ÓSEMKA" CHOJNICE, świetlica Gimnazjum nr 1, Klub Fitness KaNaMa, Centrum Park Chojnice, MKS Chojniczanka, przy wsparciu finansowym Urzędu Miejskiego w Chojnicach.
2. **SĘDZIA GŁÓWNY:** Paweł Paluszkiewicz
3. W turnieju im. Haliny Konopackiej prawo udziału mają tylko KOBIETY.
4. W turnieju, oprócz klasyfikacji generalnej, prowadzone będą klasyfikacje:
   - juniorów (rocznik 1994 i młodsi – dolna granica wieku 13 lat (rocznik 1999),
   - weteranów (rocznik 1972 i starsi),
5. Zawodników prosimy o nadsyłanie zgłoszeń na adres: Uczniowski Klub Sportowy Ósemka Chojnice, ul. Młodzieżowa 44, 89-604 Chojnice lub zgłoszenia telefoniczne pod numerem 694408139 (M. Osowicka) lub 605397822 (Paweł Paluszkiewicz) oraz pocztą mailową pawel.paluszkiewicz@wp.pl
   Ostateczne zgłoszenia będą przyjmowane w dniu rozpoczęcia turnieju, 22 września od godz. 11^{00} do godz. 11^{30}.
6. Noclegi: Hotel Olimp, ul. Kościerska 5, Chojnice, tel. 052 397 36 29;
   Hotel Turystyczny, ul. Myśliboja 5, Chojnice, tel. 052 397 51 85,
   ceny noclegów w zależności od standardu, pokój 1-osobowy: 45-90 zł,
   2-osobowy: 60-120 zł, 3-osobowy: 69-140 zł, 4-osobowy: 80-165 zł.
   Organizatorzy nie pośredniczą w rezerwacji noclegu, zawodnicy proszeni są o osobisty kontakt z obsługą hotelu powołując się na uczestnictwo w Wieloboju.
7. Koszty wyżywienia, zakwaterowania i przejazdów pokrywają zawodnicy lub jednostki delegujące. Wpisowe: **30** złotych dla seniorów i **15** złotych dla juniorów.
8. **Warunkiem udziału jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego.**
9. Zawodnicy ubezpieczają się na własny koszt.
10. Wynikiem zawodnika jest suma punktów uzyskanych we wszystkich konkurencjach.
11. Zawodnik, by zostać sklasyfikowanym, powinien zaliczyć (bez walkowerów), turniej szachowo-ping-pongowy oraz co najmniej pięć z pozostałych konkurencji.
12. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo interpretacji regulaminu, rozstrzyganie spraw w nim nie ujętych oraz wprowadzania koniecznych zmian .

Punktacja dziewięcioboju kobiet:

			0 pkt.
1. Turniej szachowo-ping-pongowy	100% – 2500 pkt.	proporcjonalnie	0%
2. Duatlon-rower i bieg	5 min. – 2000 pkt.	1 s – 8 pkt.	9 min. 10s
3. Pływanie-50 m stylem dowolnym	45 s – 1000 pkt.	1 s – 15 pkt.	1min.51,7s
4. Bieg na 60 m	10 s – 1000 pkt.	0,1 s –20 pkt.	15 s
5. Skok w dal z miejsca	240 cm – 1000 pkt.	1cm – 7 pkt.	97 cm
6. Rzut oszczepem	37,5 m – 1000 pkt.	1m – 30 pkt.	4,1 m
7. Wyciskanie w leżeniu	65 kg – 1000 pkt.	1 kg – 20 pkt.	15 kg

Punktacja dziewięcioboju mężczyzn:

			0 pkt.
1. Turniej szachowo-ping-pongowy	100% – 2500 pkt.	proporcjonalnie	0%
2. Duatlon-rower i bieg	9 min. – 2000 pkt.	1s – 8 pkt.	13min.10s
3. Pływanie-100m stylem dowolnym	1 min. 20 s – 1000 pkt.	1 s – 10 pkt.	3 min.
4. Bieg na 100m	12,5 s –1000 pkt.	0,1 s – 15 pkt.	19,17s
5. Trójskok z miejsca	8,0 m – 1000 pkt.	1cm – 2,5 pkt.	4,0 m
6. Rzut oszczepem	45 m – 1000 pkt.	1m – 25 pkt.	5 m
7. Wyciskanie w leżeniu	120 kg – 1000 pkt.	1kg – 10 pkt.	20 kg

HARMONOGRAM:

SOBOTA 22 IX

11^{00}-11^{30} Przyjmowanie zgłoszeń – Gimnazjum nr 1, ul. Młodzieżowa 44, sala gimnastyczna

12^{00} Inauguracja– sala gimnastyczna - Gimnazjum nr 1, ul. Młodzieżowa 44,

13^{00} – 15^{30} Duatlon (wyścig kolarski i bieg) – Lasek Miejski w Chojnicach

16^{00}-18^{30} Turnieje szachowo-ping-pongowe – sala gimnastyczna

18^{30}-20^{30} Wyciskanie w leżeniu – Klub Fitness KaNaMa, ul. H. Wagnera 3

Niedziela 23 IX

9^{00}-12^{00} Lekkoatletyka – Stadion Miejski, ul. Mickiewicza 12

12^{30}- 13^{30} Pływanie – Centrum Park Chojnice, ul. H. Wagnera 1

14^{30} Zakończenie turniejów – restauracja Słoneczna, ul. Kościerska 5 A

Zasady przeprowadzania konkurencji.

W duatlonie mężczyźni zmierzą się na trasie kolarskiej o długości 2580 m i w biegu na 600 m, a kobiety odpowiednio 1290 m i 400m. Konkurencja rozgrywana jest bez przerwy (czas odpoczynku i zmiany obuwia zaliczany jest do czasu konkurencji). Strefa zmian około 10 m. Wyścig kolarski i bieg zostaną rozegrane na leśnych drogach. Organizatorzy zalecają jazdę na rowerze w obuwiu przeznaczonym do biegu i zamontowanie odpowiednich pedałów. Rowery dowolne, własne lub pożyczone od innych zawodników. Duatlon zostanie rozegrany w paru seriach, by umożliwić pożyczanie rowerów.

W turnieju szachowo-ping-pongowym zawodnik zapisany w tabeli kojarzeń po losowaniu na pierwszej pozycji wybiera konkurencję, a drugi gra białymi, jeśli pierwszy wybrał szachy lub ma pierwszy serw i wybiera stronę stołu, jeśli pierwszy wybrał ping-pong. W ping-pongu gra toczy się do 8 punktów w sumie. W tenisie stołowym i szachach za wygrany mecz (partię) zawodnik otrzymuje 2 pkt., za przegrany – 0 pkt. a za remis 1 pkt. O kolejności decyduje suma punktów.

W rzucie oszczepem, skoku w dal z miejsca i trójskoku zawodnicy mają po 4 próby. W wyciskaniu w leżeniu – po 4 podejścia, przy czym nie można zmniejszać ciężarów. Zawodnik, który nie zaliczy żadnego ciężaru, ma jeszcze jedno podejście do dowolnego ciężaru.

Dodatkowe informacje można uzyskać pod numerami telefonów:

Marzenna Osowicka
tel. 694408139

Jerzy Białas
tel. 605139183

WIELOBOJE UNIWERSALNE

XXII

TURNIEJ DZIEWIĘCIOBOJOWY

im. WACŁAWA KUCHARA

XXII

TURNIEJ DZIEWIĘCIOBOJOWY

im. HALINY KONOPACKIEJ

PATRONAT MEDIALNY:

PORTAL INTERNETOWY CHOJNICE 24

R ***RADIO WEEKEND***

CHOJNICE, 22 - 23 WRZEŚNIA 2012