



Ministerstwo  
**Kultury**  
Dziedzictwa  
Narodowego  
i Sportu.



## Regulamin

### Mistrzostw Krajowego Zrzeszenia LZS Juniorek i Juniorów do 15 i 17 lat w Podnoszeniu Ciężarów Siedlce 13-16 maja 2021r.

#### 1. Cel:

- wyłonienie Mistrzów Krajowego Zrzeszenia LZS w podnoszeniu ciężarów w grupach 15 i 17 lat
- popularyzacja podnoszenia ciężarów wśród młodzieży
- tworzenie warunków dla współzawodnictwa i wzrostu poziomu sportowego podnoszenia ciężarów
- Promocja Powiatu, Gminy i Miasta Siedlce
- Promocja Województwa Mazowieckiego

#### 2. Termin i miejsce:

Zawody odbędą się w dniach 13-16.05.2021r. w Sali sportowej WLKS Nowe Iganie, 08-110 Siedlce ul. Kazimierzowska 23

#### 3. Organizator:

- Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe

#### 4. Bezpośredni Organizator:

- Wojewódzki Ludowy Klub Sportowy Siedlce-Nowe Iganie

#### 5. Współorganizatorzy:

- Ministerstwo Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu
- Mazowieckie Zrzeszenie LZS w Warszawie
- Powiat Siedlecki, Gmina Siedlce, Miasto Siedlce
- Mazowiecki Okręgowy Związek Podnoszenia Ciężarów w Warszawie

#### 6. Program zawodów:

Prawo startu mają zawodniczki i zawodnicy urodzeni w latach 2008-2004.

Zawody zostaną rozegrane w dwóch grupach wiekowych: młodziczki i młodzicy do 15 lat oraz juniorki i juniorzy do 17 lat.

Zawody zostaną rozegrane w następujących kategoriach wagowych:

**-juniorki do 15 lat - 45kg, 49kg, 55kg, 59kg, 64kg, 71kg, 76kg, +76kg -juniorzy do 15 lat -45 kg, 49kg, 55kg, 61kg, 67kg, 73kg, 81kg, 89kg, 96kg, +96kg - juniorki do 17 lat - 49kg, 55kg, 59kg, 64kg, 71kg, 76kg, 81kg, +81kg -juniorzy do 17 lat -55kg, 61kg, 67kg, 73kg, 81kg, 89kg, 96kg, 102kg, +102kg**

Zawodniczki i zawodnicy muszą posiadać aktualne badania lekarskie, licencję PZPC na 2021 rok oraz legitymację LZS z aktualnie opłaconymi składami członkowskimi. Waga zawodników – 2 godziny przed startem.

## **7. Program zawodów:**

### **13.05.2021r. (czwartek)**

Od godz. 11<sup>00</sup> akredytacja uczestników zawodów, Biuro klubu WLKS Siedlce ul. Kazimierzowska 23      godz. 13<sup>00</sup> konferencja techniczna

godz. 16<sup>00</sup> start kat. 45 kg dziewcząt U15  
17<sup>30</sup> start kat. 49 kg, 55 kg dziewcząt U15  
1900 start kat. 49 kg i + 55 kg dziewcząt U17

**14.05.2021r. (piątek)**      godz. 9<sup>00</sup> start kat. 59 kg i 64 kg dziewcząt U15      11<sup>00</sup>  
start kat. 59 kg i 64 kg dziewcząt U17

13<sup>00</sup> start kat. 71 kg, i 76 kg, i +76 kg dziewcząt U15  
15<sup>30</sup> start kat. 71 kg, 76 kg, 81 kg i +81 kg dziewcząt U17

17<sup>30</sup> start kat.45 kg chłopców U15  
1900 start kat. 49 kg U 15, 55 kg i 61 kg chłopców U17

### **15.05.2021r. (sobota)**

godz. 9<sup>00</sup> start kat. 55 kg chłopców U15  
11<sup>00</sup> start kat. 61 kg chłopców U15  
13<sup>00</sup> start kat. 67 kg chłopców U15  
**15<sup>00</sup> OTWARCIE MISTRZOSTW**  
15<sup>30</sup> start kat. 67 kg, i 73 kg chłopców U17  
17<sup>30</sup> start kat.73 kg i 81 kg chłopców U15  
19<sup>00</sup> start kat. 81 kg chłopców U17

### **16.05.2021r. (niedziela)**

godz. 9<sup>00</sup> start kat. 89 kg, 96 kg, +96 kg chłopców U15  
11<sup>00</sup> start kat. 89 kg i 96 kg chłopców U17  
13<sup>00</sup> start kat. 102 kg i +102 kg chłopców U17  
**15<sup>00</sup> zakończenie mistrzostw**

**Program minutowy może ulec zmianie na konferencji technicznej w dniu 13.05.2021r.** Waga zawodniczek i zawodników zgodnie z regulaminem na dwie godziny przed startem danej kategorii wagowej. Szczegółowy program zostanie ustalony po otrzymaniu zgłoszeń i

ukaze się w komunikacie organizacyjnym na stronach Klubu WLKS Nowe Iganie, Krajowego Zrzeszenia LZS i PZPC. Weryfikacja programu nastąpi na konferencji technicznej w dniu 13.05.2021r.

## **8. Miejsce przyjmowania ekip (AKREDYTACJA)**

– Biuro klubu WLKS Siedlce ul. Kazimierzowska 23

## **9. Koszt zakwaterowania i wyżywienia** Zakwaterowanie i wyżywienie:

- Internat – 100 zł,
- Hotel – miejsce w pok. 2 osobowym – 125 zł  
– miejsce w pok. 1 osobowym – 150 zł **ILOŚĆ**

**MIEJSC OGRANICZONA !!**

## **10. Zgłoszenie udziału w zawodach**

Zgłoszenia w terminie do 3.05.2021r. na adres WLKS Siedlce, ul. Kazimierzowska 23, 08-110 Siedlce, elektronicznie na adres email: [włksi@wp.pl](mailto:włksi@wp.pl)  
Zgłoszenia imienne wg załącznika nr 1

## **11. Zakwaterowanie i wyżywienie**

Rezerwacji wyżywienia i noclegów należy dokonać na druku (załącznik nr 2).

Wypełnioną „kartę rezerwacji” należy przesłać do organizatora wraz ze zgłoszeniem zawodniczki/ka do udziału w zawodach do dnia 3.05.2021r., po tym terminie miejsc nie gwarantujemy. Wraz z rezerwacją prosimy o wniesienie opłaty na konto: Powiatowy Bank Spółdzielczy w Sokołowie Podlaskim, oddział w Siedlcach **nr konta 83 9221 0000 0027 3824 2000 0010**

Prosimy również o podanie danych płatnika do faktury, co pozwoli przyspieszyć i usprawnić akredytację.

## **12. Nagrody**

- Indywidualnie za miejsca 1-3 w każdej kategorii wagowej zawodniczki/cy otrzymają medale oraz dyplomy za miejsca 1-6;
- Województwa i Kluby za miejsca I-III punktacji łącznej kobiet i mężczyzn otrzymują puchary;
- W przypadku pozyskania sponsorów bezpośredni organizator ufunduje dodatkowe nagrody o czym poinformuje na konferencji technicznej.
- Punktacja zespołowa wg klucza: I- 9 pkt., II- 7pkt., III- 6pkt., IV- 5pkt., V- 4 pkt., VI 3 pkt., VII-2pkt., VIII- 1 pkt.

Punkty te zaliczane będą do współzawodnictwa mistrzostw KZ LZS za 2021 r.

## **13. Obsługa sędziowska**

Obsługę sędziowską zabezpiecza PZPC Warszawa i MOZPC Warszawa.

#### **14. Finansowanie**

- Wpisowe wynosi 20zł,- od zawodniczki/zawodnika.
- Konto do wpłat wpisowego (konto Krajowego Zrzeszenia LZS): Bank Millenium S.A nr. **68 1160 2202 0000 0000 2991 3604** (prosimy o podanie danych do faktury przy wpłacie i przy zgłoszeniu mailowym: nazwa podmiotu, adres, NIP. Wpłacający jest jednocześnie odbiorcą wymienionej faktury).
- Organizator pokrywa koszty organizacyjne imprezy.
- Koszty dojazdu, wyżywienia i zakwaterowania zawodniczek i zawodników oraz osób towarzyszących, pokrywają jednostki delegujące zgodnie z zamówieniem.
- Za zamówione i niewykorzystane miejsca noclegowe oraz wyżywienie będą obciążane jednostki zamawiające.

#### **15. Postanowienia końcowe**

Uczestnicy muszą być ubezpieczeni od NNW i OC. Organizator nie ponosi odpowiedzialności z tytułu ubezpieczenia zawodników, kradzieży, uszkodzenia czy zagubienia sprzętu przez zawodników. Organizator zastrzega sobie prawo interpretacji w przypadkach nieokreślonych w niniejszym regulaminie.

Za ewentualne szkody dokonane przez uczestników zawodów, płatność na miejscu przez kierownika lub trenera.

#### **16. Zalecenia i komunikaty**

- Zawody odbywać się będą przy zachowaniu wszelkich środków ostrożności (dezynfekcji rąk i sprzętu)
- Każdy uczestnik przed zawodami będzie proszony o wypełnienie kwestionariusza (dokument w załączeniu).
- Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z wytycznymi Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu obowiązującymi w danym dniu.
- Jednocześnie informujemy, że dany komunikat wraz z programem minutowym może ulec zmianie/korektom w zależności od postanowień Prezesa Rady Ministrów, Ministerstwa Zdrowia bądź Głównego Inspektora Sanitarnego.
- W zawodach uczestniczyć mogą tylko zawodnicy zdrowi, a Ci którzy mają temperaturę powyżej 37,5 °C nie mogą wziąć udziału w Mistrzostwach.

Krajowe Zrzeszenie  
Ludowe Zespoły Sportowe

POWIAT SIEDLECKI



Miasto Siedlce



GMINA SIEDLCE



**Druk zgłoszenia zawodników do Mistrzostw Krajowego Zrzeszenia LZS Juniorek i Juniorów do 15 i 17 lat w podnoszeniu ciężarów, Siedlce 13-16 maja 2021r.**

L.p	Nazwisko i imię	Rok ur.	Kat. wagowa	Wynik	Klub	Województwo
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

**Czytelny podpis upoważnionego przedstawiciela klubu**

.....

**Zamówienie na noclegi i wyżywienie**

<b>NOCLEGI ilość osób</b>	<b>13/14.05</b>		<b>14/15.05</b>		<b>15/16.05</b>	
<b>Miejsce zakwaterowania</b>	<b>Hotel</b>	<b>Internat</b>	<b>Hotel</b>	<b>Internat</b>	<b>Hotel</b>	<b>Internat</b>
Zawodnicy						
Trener/kierowca						

**Wyżywienie**

<b>13.05</b>		<b>14.05</b>			<b>15.05</b>			<b>16.05</b>	
<b>obiad</b>	<b>kolacja</b>	<b>śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>kolacja</b>	<b>śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>kolacja</b>	<b>śniadanie</b>	<b>obiad</b>

Nazwisko i pieczętka zamawiającego oraz dane do faktury:

**Istnieje możliwość rezerwacji zakwaterowania 12/13.05.2021r.**



## OŚWIADCZENIE

Nazwa, miejsce i data zawodów:

**Mistrzostwa Krajowego Zrzeszenia LZS Juniorek i Juniorów do 15 i 17 lat w  
Podnoszeniu Ciężarów, Siedlce 13-16 maja 2021r.**

Dane zawodnika/trenera/sędziego

Nazwisko.....

Imię.....

Data urodzenia.....

Klub sportowy.....

Ja,\* niżej podpisany oświadczam, że:

1. Nie mam objawów infekcji górnych dróg oddechowych, ani innych mogących sugerować zakażenie wirusem SARS-CoV-2 (w szczególności takich jak: kaszel, duszności, temperatura ciała powyżej 37,5 C). W ciągu ostatnich 14 dni, zgodnie z moją wiedzą, nie miałem kontaktu z osobą zdiagnozowaną jako przypadek zakażenia wirusem SARS-CoV-2 ani z osobą podejrzaną o zakażenie. Nie jestem zakwalifikowany/a do przebywania w obowiązkowej kwarantannie.
2. Zostałem zapoznany/a z zasadami bezpieczeństwa i zasadami dotyczącymi rygoru sanitarnego, jakie będą obowiązywały na wyżej wymienionych zawodach oraz zobowiązuję się do przestrzegania ich oraz wszelkich innych wymogów związanych z zapobieganiem rozprzestrzenianiu się wirusa SARSCoV-2, o których zostaną poinformowany przez organizatora i Krajowe Zrzeszenie LZS.
3. Mam świadomość, iż pomimo podejmowanych środków ostrożności przez Krajowe Zrzeszenie LZS oraz WłKS Siedlce-Nowe Iganie mających na celu maksymalne ograniczenie ryzyka zakażenia wirusem SARS-CoV-2, zagrożenie to nadal istnieje.
4. Uczestniczę w wyżej wymienionych zawodach i startuję na własną odpowiedzialność i własne ryzyko.

5. Zobowiązuję się do poddania się pomiarowi temperatury i udzielenia informacji służbie medycznej o stanie zdrowia i samopoczuciu w dniu wagi oraz w dniu zawodów i poinformowania, jeśli w trakcie weryfikacji lub zawodów pojawią się jakiegokolwiek niepokojące objawy mogące sugerować infekcję.
  
6. Przyjmuję do wiadomości, iż w przypadku nieprzestrzegania zasad sanitarnych lub wystąpienia niepokojących objawów nie zostaną dopuszczony do udziału w zawodach w charakterze zawodnika/trenera/sędziego.

\*w przypadku osoby niepełnoletniej kwestionariusz wypełnia oraz podpisuje rodzic/opiekun prawny.

.....

(data, miejscowość)

.....

(podpis)