



KRAJOWE ZRZESZENIE  
LUDOWE ZESPOŁY SPORTOWE



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki



Dobra  
Drużyna  
PZU

Partner Strategiczny

## REGULAMIN

### Mistrzostwa Polski Zrzeszenia LZS w podnoszeniu ciężarów do lat 15 i 17 Ciechanów 18-21 maja 2023r.

Impreza dofinansowywana ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki

#### 1. Cel:

- Wyłonienie Mistrzów Polski Zrzeszenia LZS w podnoszeniu ciężarów w grupach U-15 i U-17
- Popularyzacja podnoszenia ciężarów wśród dzieci i młodzieży
- Tworzenie warunków dla współzawodnictwa i wzrostu poziomu sportowego podnoszenia ciężarów
- Upowszechnianie zasady Fair Play i aktywnego stylu życia
- Promocja Powiatu, Gminy i Miasta Ciechanów
- Promocja Województwa Mazowieckiego

#### 2. Termin i miejsce:

Zawody odbędą się w dniach 18-21.2022r. w hali sportowo – widowiskowej im. Ireneusza Palińskiego , ul. Kraszewskiego 8, Ciechanów

#### 3. Organizatorzy:

- Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe
- Ciechanowski Ludowy Klub Sportowy „Mazovia”

#### 4. Współorganizatorzy:

- Samorząd Województwa Mazowieckiego
- Mazowieckie Zrzeszenie LZS w Warszawie
- Miasto Ciechanów, Powiat Ciechanów
- Mazowiecki Okręgowy Związek Podnoszenia Ciężarów

## 5. Program zawodów:

Prawo startu mają zawodniczki i zawodnicy urodzeni w latach 2009-2005.

Zawody zostaną rozegrane w dwóch grupach wiekowych: junierek i juniorów do 15 lat oraz junierek i juniorów do 17 lat.

Zawody zostaną rozegrane w następujących kategoriach wagowych:

**juniorki do 15 lat – 40kg, 45kg, 49kg, 55kg, 59kg, 64kg, 71kg, 76kg, 81kg, +81kg**

**juniorzy do 15 lat – 45 kg, 49kg, 55kg, 61kg, 67kg, 73kg, 81kg, 89kg, 96kg, +96kg**

**juniorki do 17 lat – 40 kg, 45kg, 49kg, 55kg, 59kg, 64kg, 71kg, 76kg, 81kg, +81kg**

**juniorzy do 17 lat – 49kg, 55kg, 61kg, 67kg, 73kg, 81kg, 89kg, 96kg, 102kg, +102kg**

Zawodniczki i zawodnicy muszą posiadać aktualne badania lekarskie, licencję PZPC na 2023 rok oraz legitymację LZS z aktualnie opłaconymi składami członkowskimi.

Waga zawodników – 2 godziny przed startem.

**Środa 17.05.2023r.**

<b>19:00</b>	<b>Konf. techn.(CLKS Mazovia” ul. Kraszewskiego 8)</b>
--------------	--

**Czwartek 18.05.2023r.**

09:00	start kat. 40 kg i 45 kg U15 K
10:00	start kat. 49 kg U15 K
11:00	start kat. 55 kg U15 K
13:00	start kat. 59 kg U15 K
14:00	start kat. 64 kg U15 K
15:30	start kat. 71 kg, 76 kg U15 K
17:00	start kat. 81 kg i +81 kg U15 K
18:30	start kat. 40 kg, 45 kg, 49 kg i 55 kg U17 K
21:00	

**Piątek 19.05.2023r.**

09:00	start kat. 59 kg U17 K
10:00	start kat. 64 kg U17 K
11:15	start kat. 71 kg, 76 U17 K
12:30	start kat. 81 kg, +81 U17 K
14:00	start kat. 45 kg gr B U15 M
15:15	start kat. 45 kg gr A U15 M
16:30	Uroczyste otwarcie Mistrzostw, przekazanie sztandaru CLKS „Mazovia”
18:30	start kat. 49 kg i 55 kg B U15 M
20:00	start kat. 55 kg A U15 M
21:30	

**Sobota 20.05.2023r.**

09:00	start kat. 61 kg U15 M
11:15	start kat. 67 kg U15 M
12:30	start kat. 73 kg U15 M
14:30	start kat. 81 kg i 89 kg U15 M
16:00	start kat. 96 kg i +96 kg U15 M
17:30	start kat. 49 kg, 55 kg i 61 kg U17 M
19:00	start kat. 67 kg U17 M
20:30	

**Niedziela**

**21.05.2023r.**

09:00	start kat. 73 kg U17 M
11:00	start kat. 81 kg U17 M
12:30	start kat. 89 kg i 96 kg U17 M
14:00	start kat. 102 kg i +102 kg U17 M
15:30	<b>zakończenie mistrzostw</b>

## **Program minutowy może ulec zmianie po zamknięciu elektronicznego systemu zgłoszeń w dniu 01 maja 2023r.**

Waga zawodniczek i zawodników zgodnie z regulaminem na dwie godziny przed startem danej kategorii wagowej. Szczegółowy program zostanie ustalony po otrzymaniu zgłoszeń i ukaże się w komunikacie organizacyjnym na stronach Klubu CLKS „Mazovia” Krajowego Zrzeszenia LZS i PZPC. Weryfikacja programu nastąpi na konferencji technicznej w dniu 17.05.2023r.

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

Biuro klubu CLKS „Mazovia”, ul. Kraszewskiego 8, 06-400 Ciechanów

### **7. Zakwaterowanie i wyżywienie**

- Koszt zakwaterowania i wyżywienia:
- Hotel Olimpijski 2,3 osobowe 160,00zł. osobodzień
- Hotel Korona pokoje 2,3 osobowe 190,00zł. osobodzień
- Hotel Baron 2,3,4 osobowe 180,00zł. osobodzień
- Zajazd Niestum 2,3,4 osobowe 170,00 osobodzień

**ILOŚĆ MIEJSC OGRANICZONA !!**

### **8. Zgłoszenie udziału w zawodach**

Zgłoszenia do zawodów rozpoczną się 21.04.2023r. (piątek) poprzez elektroniczny system zgłoszeń w serwisie Sportzona.pl

Osoba odpowiedzialna za system: [daniel.dolega@pzpc.pl](mailto:daniel.dolega@pzpc.pl) Ostatni termin zgłoszeń mija 01.05.2023 roku (poniedziałek). Zgłoszenie do zawodów po tym terminie nie będzie możliwe.

Rezerwację wyżywienia i noclegów prosimy przysyłać na załączonym druku drogą mailową na adres: [mazovia.ciechanow@wp.pl](mailto:mazovia.ciechanow@wp.pl) tel. 600 256 713 w nieprzekraczalnym terminie do dnia 03.05.2023r.

Prosimy również o podanie danych płatnika do faktury, co przyspieszy i usprawni akredytację.

### **9. 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 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.

Zdobyte punkty zaliczane będą do współzawodnictwa Mistrzostw KZ LZS za 2023r.

### **10. Obsługa sędziowska**

Obsługę sędziowską zabezpiecza PZPC Warszawa i MOZPC.

## 11. Finansowanie

### Koszty wpisowego w wysokości:

15 zł dla kategorii wiekowej U15

30 zł dla kategorii wiekowej U17

pokrywają startujące kluby, wpłacając kwotę w formie elektronicznej na konto Krajowego Zrzeszenia LZS:

Bank Millenium S.A. nr **68 1160 2202 0000 0000 2991 3604**

S. Krzyżanowskiego 46a 01-220 Warszawa

\* Przy przelewie, prosimy o podanie danych do faktury: **nazwa klubu, adres, NIP, nazwa imprezy**. Wpłacający jest jednocześnie odbiorcą wymienionej faktury

- Organizator pokrywa koszty organizacyjne imprezy.
- Koszty pobytu pokrywają uczestnicy.

## 12. 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.

## 13. Zalecenia i komunikaty

- Zawody odbywać się będą przy zachowaniu wszelkich środków ostrożności (dezynfekcji rąk i sprzętu)
- 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.

**Mazowsze.**  
serce Polski

Krajowe Zrzeszenie  
Ludowe Zespoły Sportowe



KRAJOWE ZRZESZENIE  
LUDOWE ZESPOŁY SPORTOWE

**Mistrzostwa Polski Zrzeszenia LZS U-15,U-17  
Ciechanów, 18-21.05.2023r.**

Nazwa Klubu/Instytucji .....

Dane do faktury: .....

**ZGŁOSZENIE ZAWODNIKÓW DO ZAKWATEROWANI, WYŻYWIENIA I OPŁATY STARTOWEJ**

L.p.	Nazwisko i imię	Rok ur.	Klub	Rozmiar koszulki
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

**ZGŁOSZENIE OSÓB TOWARZYSZACYCH (trener, kierowca itp.)**

L.p.	Nazwisko i imię	Funkcja	Rozmiar koszulki
1			
2			
3			

**REZERWACJA NOCLEGÓW I WYŻYWIENIE**

<b>NOCLEGI</b>			
	Liczba osób	Kobiet	mężczyzn
środa/czwartek (17/18.05.2023r.)			
czwartek/piątek (18/19.05.2023r.)			
piątek/sobota (19/20.05.2023r.)			
sobota/niedziela (20/21.05.2023r.)			
<b>WYŻYWIENIE</b>			
<b>Kolacja</b> – środa, 17.05.2023r.			
<b>Śniadanie</b> – czwartek, 18.05.2023r.			
<b>Obiad</b> – czwartek 18.05.2023r.			
<b>Kolacja</b> – czwartek 18.05.2023r.			
<b>Śniadanie</b> – piątek, 19.05.2023r.			
<b>Obiad</b> – piątek, 19.05.2023r.			
<b>Kolacja</b> – piątek, 19.05.2023r.			
<b>Śniadanie</b> – sobota, 20.05.2023r.			
<b>Obiad</b> – sobota, 20.05.2023r.			
<b>Kolacja</b> – sobota, 20.05.2023r.			
<b>Śniadanie</b> – niedziela, 21.05.2023r.			
<b>Obiad</b> – niedziela, 21.05.2023r.			

*Nazwisko i imię osoby zamawiającej*

## DANE OSOBOWE

1. Administratorem danych osobowych uczestników, trenerów, członków drużyn i innego personelu jest Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe z siedzibą w Warszawie, ul. Seweryna Krzyżanowskiego 46A, 01-220 Warszawa (dalej: „LZS”).
2. Wszelkie pytania związane z przetwarzaniem przez LZS danych osobowych można kierować na adres: [lzs@lzs.pl](mailto:lzs@lzs.pl)
3. Dane osobowe (tj. imię i nazwisko, rocznik/kategoria wiekowa, nazwa licencji, nazwa klubu, województwo, wynik, wizerunek) będą przetwarzane w celu: umożliwienia startu w Mistrzostwach Polski Zrzeszenia LZS, przeprowadzenia i odbycia Mistrzostw, informowania o przebiegu Mistrzostw i wynikach zawodników na nich osiągniętych, promowania Mistrzostw w mediach oraz sprawozdawczości dotyczącej Mistrzostw.
4. Podstawą przetwarzania Państwa danych osobowych jest: art. 6 ust. 1 lit. f RODO – prawnie uzasadniony interes LZS w postaci umożliwienia zorganizowania i promowania Mistrzostw i działań LZS z tym związanych, realizacji celów statutowych LZS, w szczególności wspierania i upowszechniania kultury fizycznej i sportu oraz promowania rozwoju sportu, rekreacji i wychowania fizycznego oraz art. 6 ust. 1 lit. e RODO – niezbędność do wykonania zadania (zorganizowania Mistrzostw), realizowanego w interesie publicznym.
5. LZS może ujawniać dane osobowe upoważnionym pracownikom/współpracownikom LZS, którzy w celu wykonywania swoich obowiązków muszą posiadać dostęp do tych danych; pozostałym współorganizatorom; partnerom i sponsorom Mistrzostw; przedstawicielom mediów relacjonującym przebieg Mistrzostw; podmiotom świadczącym na rzecz LZS usługi, np. usługi hostingu, usługi informatyczne; dostawcy oprogramowania służącego do zgłaszania kandydatów oraz podmiotom, w tym organom i urzędom, które mogą żądać ujawnienia danych osobowych na podstawie przepisów prawa (odbiorcy danych).
6. Dane osobowe będą przechowywane do czasu zaistnienia podstawy do ich usunięcia.
7. Posiada Pani/Pan prawo dostępu do treści swoich danych oraz prawo do ich:
  - 1) sprostowania w przypadku gdy Pani/Pana dane są nieprawidłowe lub niekompletne,
  - 2) usunięcia w przypadku gdy:
    - a) dane nie są już niezbędne do celów, dla których zostały przetwarzane,
    - b) cofnie Pani/Pan swoją zgodę na przetwarzanie danych i brak jest innej podstawy przetwarzania,
    - c) wniesie Pani/Pan sprzeciw wobec przetwarzania danych i brak jest nadrzędnych prawnie uzasadnionych podstaw przetwarzania,
    - d) dane są przetwarzane niezgodnie z prawem,
    - e) dane powinny być usunięte w celu wywiązania się z obowiązku wynikającego z przepisu prawa,
  - 3) ograniczenia przetwarzania w przypadku, gdy:
    - a) kwestionuje Pani/Pan prawidłowość danych osobowych – na okres pozwalający sprawdzić prawidłowość tych danych,

- b) dane są przetwarzane niezgodnie z prawem, ale nie wyraża Pani/Pan zgody na ich usunięcie,
  - c) dane nie są już potrzebne dla LZS, ale mogą być potrzebne Pani/Panu do obrony lub dochodzenia roszczeń,
  - d) wniesie Pani/Pan sprzeciw wobec przetwarzania danych – do czasu ustalenia, czy prawnie uzasadnione podstawy po stronie LZS są nadrzędne wobec podstawy Pani/Pana sprzeciwu,
- 4) przenoszenia danych w przypadku gdy przetwarzanie danych odbywa się na podstawie zgody oraz odbywa się w sposób zautomatyzowany,
- 5) wniesienia sprzeciwu wobec ich przetwarzania w przypadku, gdy przetwarzanie odbywa się na podstawie prawnie uzasadnionego interesu, a sprzeciw jest uzasadniony w związku z Pani/Pana szczególną sytuacją.
8. Posiada Pani/Pan prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego, którym jest Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych, gdy uzna Pani/Pan, iż przetwarzanie danych osobowych jest niezgodne z obowiązującymi przepisami.
9. W przypadku jeśli Pani/Pana dane osobowe nie zostały podane przez Panią/Pana osobiście, oznacza to, że uzyskaliśmy je od klubu sportowego lub związku sportowego, do którego Pan/Pani przynależy. Podanie danych osobowych nie było wymogiem ustawowym, ale jest konieczne do wzięcia udziału w Mistrzostwach.
10. Pani/Pana dane osobowe nie będą przekazywane do odbiorców w państwach trzecich.
11. Pani/Pana dane osobowe nie podlegają zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji.

**Wizerunek.** Wszyscy uczestnicy, trenerzy, członkowie drużyn i inny powiązany personel biorący udział w Mistrzostwach Polski Zrzeszenia LZS wyrażają zgodę na rozpowszechnienie swojego wizerunku, utrwalonego w formie zdjęć lub relacji video, sporządzanych w trakcie Mistrzostw, w tym np. w czasie udziału w zawodach, również w obecności innych uczestników. Zdjęcia i relacje video mogą być dostępne w prasie, na stronach internetowych Organizatorów, branżowych stronach internetowych, kontaktach Organizatorów w mediach społecznościowych oraz w informatorach branżowych.