



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



Ogólnopolska Impreza

SPORT – REKREACJA - RELAKS

LZS – Aktywna Wieś

Zadanie dofinansowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki

REGULAMIN

I. CELE:

- ✓ Promowanie aktywnego spędzania wolnego czasu i kształtowanie zdrowego stylu życia.
- ✓ Wspierania inicjatyw i działań na rzecz rozwoju sportu dla wszystkich, pobudzania aktywności obywatelskiej oraz upowszechniania dobrych praktyk na terenie całego kraju.
- ✓ Promowania prozdrowotnych, społecznych, wychowawczych i edukacyjnych wartości sportu.
- ✓ Przeciwdziałania chorobom cywilizacyjnym (w tym nadwadze i otyłości), wykluczeniu społecznemu oraz zjawiskom patologii społecznej.
- ✓ Niwelowania różnic dotyczących poziomu aktywności fizycznej w różnych środowiskach i grupach społecznych oraz upowszechnianie i promowanie solidarności międzypokoleniowej.
- ✓ Promowanie wolontariatu sportowego oraz poprzez sport aktywnej postawy obywatelskiej.

II. ORGANIZATOR:

Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe

III. TERMIN I MIEJSCE:

I termin – 14-17.05.2026 r. – 8 województw (decyduje kolejność zgłoszeń)

II termin – 24-27.09.2026 r – 8 województw

Centralny Ośrodek Szkolenia LZS w Mielnie, ul. Mickiewicza 3, woj. Zachodniopomorskie.

IV. WARUNKI UCZESTNICTWA:

Prawo startu mają członkowie LZS – po 4 osoby z każdego województwa. Drużyna nie może składać się z samych seniorów - osób 55+.

V. ZGŁOSZENIA:

Zgłoszenia uczestników potwierdzone przez WZ LZS mailem w terminie do **30.04.2026/07.09.2026 r.** na adres: pawel.romanowicz@lzs.pl wg. załączonego wzoru.

VI. PROGRAM

14.05.2026/ 24.09.2026 (czwartek)

do godz. 14.00 Przyjazd uczestników – recepcja.
godz. 15.00 Obiad.
godz. 17.00 Wykład – Nordic-walking jako przykład aktywności dla każdego.
godz. 18.30 Kolacja.

15.05.2026/ 25.09.2026 (piątek)

godz. 8.30 Śniadanie.
godz. 10.00 Zawody sportowo-rekreacyjne – boisko sportowe w Mielnie.
godz. 14.00 Obiad.
godz. 15.00 Zawody sportowo-rekreacyjne – boisko sportowe w Mielnie cd.
godz. 18.00 Kolacja.

16.05.2026/ 26.09.2026 (sobota)

godz. 9.00 Śniadanie.
godz. 10.00 Nordic-walking zajęcia teoretyczne z instruktorem.
godz. 14.00 Obiad.
godz. 15.00 Nordic-walking zajęcia praktyczne z instruktorem, zawody nordic-walking.
godz. 18.00 Kolacja.

17.05.2026/ 27.09.2026 (niedziela)

godz. 8.30 Śniadanie.
godz. 9.30 Podsumowanie imprezy – ogłoszenie wyników, wręczenie nagród.
godz. 11.00 Zakończenie zawodów, wyjazd.

VII. OPIS KONKURENCJI:

1/ RZUTY „NA KIJEK”

Startują 4 osoby z województwa, po 2 pary.

Jeden z zawodników wyrzuca w kierunku partnera stojącego w odległości 5-ciu metrów plastikowe obręcze, partner ma za zadanie chwycić na specjalny kijek jak najwięcej kótek, mając ich 10 do dyspozycji. Po wykonaniu zadania druga para wykonuje to samo. Konkurencję wykonuje się przemiennie. Największa ilość „złapanych” kótek przez drużynę decyduje o przyznaniu punktów. Liczony jest również pojedynczy wynik każdego z zawodników.

Uwagi: Kara (-1 pkt) za przekroczenie linii odległości 5-ciu metrów.

2/ RZUT LOTKĄ DO TARCZY (DART)

Mogą startować 4 osoby z województwa.

Każdy z uczestników wykonuje 6 rzutów do tarczy z odległości 237 cm.
Suma uzyskanych punktów decyduje o zwycięstwie.

3/ RZUTY WORECZKAMI CELU

Startują 4 osoby z województwa.

Każdy z uczestników wykonuje 10 rzutów woreczkami wypełnionymi grochem do obręczy leżących na podłodze w różnych odległościach. Zdobywa kolejno za najbliższy cel 1 pkt. za dalszy cel 2 pkt. i za ostatni cel 3 pkt. Woreczek „przewieszony”, to odpowiednio 0,5 pkt., 1 pkt. i 1,5 pkt..

Zwycięża ta drużyna, która zdobędzie największą ilość punktów. Liczony jest również wynik indywidualny każdego zawodnika.

Uwagi: Kara -1pkt za przekroczenie linii rzutowej. Woreczek, który wylądował poza obręcz wcześniej wpadając do niej nie jest liczony jako punkt.

4/ SLALOM NA HULAJNODZE

Startują 2 osoby z województwa /kobieta i mężczyzna/.

Na sygnał sędziego każdy wykonuje slalom pomiędzy pachotkami, poruszając się na hulajnodze oraz z zawieszoną na szyi plastikową obręczą. Na półmetku zarzuca obręcz na słupek, po czym wykonuje slalom w kierunku powrotnym.

Zwycięża ten, kto wykona zadanie w jak najkrótszym czasie.

5/ STRZAŁ PIŁKĄ DO CELU

Startują 4 osoby z województwa.

Zawodnik wykonuje rzut w kierunku bramki stojąc w odległości 7m. Zadaniem jest trafienie w punkty wyznaczone na bramce, które mają przypisane do siebie odpowiednio 50 pkt, 30pkt i 10 pkt. Każdy zawodnik ma 3 rzuty.

Uwagi: Każdemu zawodnikowi przysługują 2 rzuty próbne.

6 / INDYWIDUALNE RZUTY DO KOSZA

Startują 4 osoby z województwa /kobieta i mężczyzna/ mając do dyspozycji piłkę koszykową, którą należy wykonać 10 rzutów z określonych odległości. Określone trzy odległości dają możliwość zdobycia odpowiednio 1, 2 lub 3-ch punktów. O zwycięstwie decyduje suma zdobytych punktów.

7/ PRZENOSZENIE PIŁECZKI PING-PONGOWEJ ŁYŻECZKĄ

Startują 4 osoby z województwa

W odległości 10m naprzeciw siebie stają 4 osoby. Zawodnik przenosi na łyżce piłeczkę ping-pong do miseczki, która stoi na drugim końcu trasy. Po dotarciu przekazuje łyżkę kolejnej osobie. Liczy się suma czasów wszystkich czterech przebiegów.

UWAGA! Każda konkurencja punktowana i klasyfikowana będzie odrębnie dla kobiet i mężczyzn.

VIII. PUNKTACJA

Punktacja indywidualna:

I m – 9 pkt, II m – 7 pkt, III m – 6 pkt, IV m – 5 pkt, V m – 4 pkt, VI m – 3 pkt, VII m – 2 pkt, VIII m – 1 pkt.

Punktacja wojewódzka:

Na klasyfikację województwa będzie składać się suma punktów w poszczególnych konkurencjach uzyskanych przez zawodników.

IX . NAGRODY

- w klasyfikacji indywidualnej za miejsca I-III uczestnicy otrzymują medale,
- w klasyfikacji wojewódzkiej za miejsca I – III puchary,
- każdy uczestnik otrzymuje pamiątkową koszulkę.

X. ZASADY FINANSOWANIA

Koszty organizacyjne, wyżywienia i zakwaterowania (od obiadu w dniu 14.05.2026/24.09.2026 r. do śniadania w dniu 17.05.2026/27.09.2026 r.) uczestników zgłoszonych w limicie pokrywa Krajowe Zrzeszenie LZS ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki, koszty przejazdu pokrywają zainteresowani lub jednostki delegujące.

Wpisowe w wysokości 50 zł od osoby płatne w dniu przyjazdu do Mielna.

XI. DANE OSOBOWE

1. Administratorem danych osobowych uczestników zadania oraz osób obsługujących zadanie 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
3. Dane osobowe (tj. imię i nazwisko, rok urodzenia, miejscowość zamieszkania, przynależność klubowa/stowarzyszenia, województwo, osiągnięty wynik oraz wizerunek) będą przetwarzane w celu: umożliwienia startu w zadaniu „Ogólnopolska Impreza Sport, Rekreacja i Relaks LZS - Aktywna Wieś”, przeprowadzenia i odbycia zadania, informowania o przebiegu zadania i wynikach zawodników na nich osiągniętych, promowania zadania w mediach, sprawozdawczości dotyczącej zadania.
4. Podstawą przetwarzania Państwa danych osobowych jest: art. 6 ust. 1 lit. f RODO – prawnie uzasadniony interes LZS w postaci umożliwienia zorganizowania i promowania zadania 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, 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, przedstawicielom mediów relacjonującym przebieg zadania, 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 Igrzyskach.
10. Pani/Pana dane osobowe nie będą przekazywane do odbiorców w państwach trzecich.
11. Pani/Pana dane osobowe nie podlegają zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji.

XII. UWAGI KOŃCOWE

- o Uczestnicy - członkowie LZS są ubezpieczeni od NNW, pozostałe osoby powinny ubezpieczyć się indywidualnie.
- o Organizator zabezpiecza opiekę medyczną na zawodach.
- o Program może ulec zmianie po otrzymaniu zgłoszeń oraz w przypadku złych warunków atmosferycznych.
- o Prawo interpretacji regulaminu przysługuje organizatorom zadania.
- o **Wizerunek.** Wszyscy uczestnicy zadania i inny powiązany personel biorący udział w zadaniu wyrażają zgodę na rozpowszechnienie swojego wizerunku, utrwalonego w formie zdjęć lub relacji video, sporządzanych w trakcie zadania, 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, kontakt Organizatorów w mediach społecznościowych oraz w informatorach branżowych.

ORGANIZATOR
Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe

