

# REGULAMIN OTWARTEGO TURNIEJU W WYCISKANIU SZTANGI LEŻĄC O PUCHAR MIASTA STRZEGOMIA - Strzegom 01.06.2008 r.

**Organizator:** Ośrodek Sportu i Rekreacji w Strzegomiu, Urząd Miejski w Strzegomiu

**Cel imprezy:** popularyzacja ćwiczeń siłowych, jako formy rekreacji i aktywnego wypoczynku

**Termin i miejsce:** 1 czerwca 2008 r. Hala Widowiskowo Sportowa - OSIR w Strzegomiu  
ul. Mickiewicza 2

- ważenie zawodników godz. 9.00 – 10.30
- odprawa techniczna godz. 10.40 – sala konferencyjna OSIR
- rozpoczęcie rywalizacji w poszczególnych kategoriach - godz.11.15

**Warunki uczestnictwa:**

- prawo startu mają wszyscy, którzy ukończyli 14 lat (liczy się rocznik), posiadający dokument tożsamości stwierdzający wiek.
- niepełnoletni dostarczają zgodę rodziców (opiekunów prawnych) na udział w turnieju
- opłata startowa: junior młodszy 15 zł, pozostałe kategorie 25 zł
- uczestnictwo w stroju sportowym (przylegającym do ciała) zgodnie z przepisami PZKiTS
- dozwolony jest start zawodników w koszulkach ściiskowych zgodnych z obowiązującymi normami PKZiTS
- dozwolone pasy i opaski na nadgarstki

**Kategorie:**

mężczyźni :

- kategoria junior młodszy (14 -17 lat) - OPEN (wg obowiązującej formuły Wilksa)
- kategoria kobiet - open - (wg obowiązującej formuły Wilksa)
- kategoria senior - klasyfikacja w kategoriach: do 67,5 kg; do 82,5; 100; + 125 kg; wg tabeli Wilksa
- kategorie wiekowa dla weteranów: powyżej 40 lat wg tabeli Wilksa

**Uwaga!!! W przypadku większej liczby zgłoszeń Organizator zastrzega sobie zmiany poszczególnych kategoriach**

**Nagrody:**

- medale, dyplomy oraz nagrody rzeczowe za I miejsca w poszczególnych kategoriach
- medale i dyplomy za II i III miejsca w poszczególnych kategoriach .
- puchar specjalny ufundowany przez kierownika Ośrodka Sportu i Rekreacji w Strzegomiu dla najlepszego zawodnika turnieju wg Punktacji Wilksa

**Zgłoszenia:**

**Ośrodek Sportu i Rekreacji w Strzegomiu ul. Mickiewicza 2 tel: 0748550449 oraz 0604958204 – Marek Rydwański (kierownik zawodów)** Zgłoszenia pocztą na adres: \_Marek Rydwański ul. Bankowa 13/2 58-150 Strzegom **EMAIL: mtvox@home.pl**

W celu ustalenia ewentualnych zmian w poszczególnych kategoriach prosimy o wcześniejsze zgłaszanie zawodników na wyżej podane numery telefonów. Przy zgłaszaniu startujących należy podać imię i nazwisko, datę urodzenia, przynależność klubową, kategorię wagową .

**Zakwaterowanie:**

**Hotel i Restauracja GRANIT** ul. Rynek 39  
58-150 Strzegom, tel./fax (0-74) 855-03-44, tel. 855-18-56

**Hotel i Restauracja STRAGONA** Al. Woj. Pol. 47  
58-150 Strzegom, tel./fax (074) 855-15-60, tel. (074) 855-15-49, tel. kom. 0 601 971 437

**Hotel i Restauracja SYRENA** ul. Kasztelańska 18  
58-150 Strzegom, tel./Fax (074) 649-40-55, tel. (074) 855-55-29

Rezerwacji noclegów i wyżywienia w hotelach dokonują sami zainteresowani, co najmniej na 7 dni przed zakwaterowaniem.

**Postanowienia końcowe:**

zawody zostaną rozegrane zgodnie z regulaminem PZKiTS. Zawodnicy startujący winni okazać ważne badania lekarskie, w przypadku ich braku zobowiązani są do podpisania oświadczenia o starcie na własną odpowiedzialność.