

# Regulamin

## Puchar Polski Kettlebell (II etap) oraz Turniej Debiutantów Kettlebell

Warszawa, 03-04.11.2018

### I. Cel zawodów:

- ✓ Promocja sportów odważnikowych (kettlebell),
- ✓ Promowanie zdrowego stylu życia,
- ✓ Wzmocnienie stosunków międzynarodowych i rozwoju współpracy międzynarodowej w dziedzinie sportu.

### II. Kierownictwo i organizator zawodów

- ✓ Organizatorem zawodów jest Burneika Sports Festival Robert Burneika, Polska Federacja Sportów Odważnikowych i Polskie Stowarzyszenie Kettlebell i Fitness
- ✓ Kontakt do organizatora: e-mail. [rejestracja@sportyodwaznikowe.pl](mailto:rejestracja@sportyodwaznikowe.pl)

### III. Termin i miejsce zawodów

- ✓ Miejsce zawodów: GlobalEkspo, ulica Modlińska 6 D, 03-216 Warszawa.
- ✓ Termin zawodów: 3 listopada (sobota) i 4 listopada (niedziela) 2018
- ✓ Jednocześnie będą rozgrywane 2 turnieje: Puchar Polski Kettlebell (II etap) oraz Turniej Debiutantów Kettlebell
- ✓ Rejestracja i ważenie zawodników:  
03.11.2018, godz. 09.30-11.00  
04.11.2018, godz. 08:00-09:30
- ✓ Oficjalne otwarcie zawodów, instruktaż dla uczestników:  
03.11.2018, godz. 11.30  
04.11.2018, godz. 10:00
- ✓ Początek startów:  
03.11.2018, godz. 12.00  
04.11.2018, godz. 10:30
- ✓ Listy startowe zostaną wywieszone w miejscu zawodów po zakończeniu rejestracji, nie później jednak niż na 20 min przed pierwszym startem.

### IV. Konkurencje i harmonogram zawodów

- ✓ Dzień 1 – sobota - 03.09.2018:  
12.00 – 18.00 Puchar Polski i Turniej Debiutantów - starty  
– Puchar Polski
  - a) długi cykl mężczyzn
  - b) długi cykl jednorącz kobiet

– Turniej Debiutantów

- a) podrzuty oburącz mężczyzn
- b) długi cykl jednorącz kobiet
- c) rwanie mężczyzn
- d) rwanie kobiety
- e) sztafety

18.00- 19.00 – ogłoszenie wyników, dekoracja zwycięzców

✓ Dzień 2 – niedziela - 04.09.2018:

10.30 –14.00 Puchar Polski - starty indywidualne

- a) podrzuty mężczyzn (2-bój)
- b) rwanie kobiet
- b) rwanie mężczyzn (2-bój)

14.00-15.00 Puchar Polski - sztafety

15.00-16.00 Puchar Polski - ogłoszenie wyników, dekoracja zwycięzców i zamknięcie

## V. Warunki uczestnictwa

- ✓ W Pucharze Polski Kettlebell Lifting mogą brać udział wszyscy chętni, niemający przeciwwskazań lekarskich do udziału w dyscyplinach sportowych typu wytrzymałościowo - siłowego, którzy zgłosili swój udział i zostali wpisani na listę startową zgodnie z postanowieniami punktu V niniejszego Regulaminu.
- ✓ PUCHAR POLSKI

Konkurencje, kategorie wiekowe i wagowe, ciężar odważników/a i inne

<b>MEŹCZYŹNI</b>		
Konkurencja sportowa:	<b>Długi cykl</b>	<b>Dwubój mężczyzn</b>
Konkurencja:	Indywidualna	Indywidualna
Czas trwania występu:	10 minut	10 minut
Dopuszczalna ilość zmiany ręki:	Nie dotyczy	Jedna dla rwania. Podrzut – nie dotyczy.
Kategorie wiekowe:	Profesjonalista: 18-45 lat Amator: 18-45 lat Junior: 14-17 lat Weteran: 46–55 lat i 56+ lat	Profesjonalista: 18-45 lat Amator: 18-45 lat Junior: 14-17 lat Weteran: 46–55 lat i 56+ lat
Kategorie wagowe:	Profesjonalista: do 85 kg i 85+ kg Amator: do 85 kg i 85+ kg Junior: otwarta Weteran 46–55 lat : otwarta Weteran 56+ lat: otwarta	Profesjonalista: do 85 kg i 85+ kg Amator: do 85 kg i 85+ kg Junior: otwarta Weteran 46–55 lat : otwarta Weteran 56+ lat: otwarta
Ciężar odważnika:	Profesjonalista: 28 kg Amator: 24 kg Junior: 12 kg Weteran 46–55 lat: 24 kg Weteran 56+ lat: 16 kg	Profesjonalista: 28 kg Amator: 24 kg Junior: 12 kg Weteran 46–55 lat: 24 kg Weteran 56+ lat: 16 kg

<b>KOBIETY</b>		
Konkurencja sportowa:	<b>Długi cykl kobiet jednorącz!</b>	<b>Rwanie kobiet</b>
Konkurencja:	Indywidualna – JEDNORĄCZ!	Indywidualna
Czas trwania występu:	10 minut	10 minut
Dopuszczalna ilość zmiany ręki:	Jedna	Jedna
Kategorie wiekowe:	Profesjonalista: 18-45 lat Amator: 18-45 lat Junior: 14-17 lat Weteran: 46–55 lat i 56+ lat	Profesjonalista: 18-45 lat Amator: 18-45 lat Junior: 14-17 lat Weteran: 46–55 lat i 56+ lat
Kategorie wagowe:	Profesjonalista: do 65 kg i 65+ kg Amator: do 65 kg i 65+ kg Junior: otwarta Weteran 46–55 lat : otwarta Weteran 56+ lat: otwarta	Profesjonalista: do 65 kg i 65+ kg Amator: do 65 kg i 65+ kg Junior: otwarta Weteran 46–55 lat : otwarta Weteran 56+ lat: otwarta
Ciężar odważnika:	Profesjonalista: 20 kg Amator: 16 kg Junior: 10 kg Weteran 46–55 lat: 16 kg Weteran 56+ lat: 12 kg	Profesjonalista: 20 kg Amator: 16 kg Junior: 10 kg Weteran 46–55 lat: 16 kg Weteran 56+ lat: 12 kg

**Uwaga do klasyfikacji medalowej mężczyzn i kobiet!** w przypadku małej ilości startujących - w danej kategorii wiekowej i/lub wagowej, organizator zastrzega sobie prawo do łączenia tych kategorii (w dowolny sposób).

<b>SZTAFETY</b>	
Konkurencja sportowa:	<b>Sztafeta - podrzut</b>
Konkurencja:	Drużynowa (zespoły 4 osobowe)
Czas trwania występu:	12 minut (3 min/os)
Dopuszczalna ilość zmiany ręki:	Jedna – dotyczy kobiet
Kategorie wiekowe:	Otwarta
Kategorie wagowe:	Otwarta
Ciężar odważnika:	Mężczyźni: 2 x 24 kg Kobiety: 1 x 20 kg
Rodzaje sztafet:	1. Męska 2. Żeńska 3. Mieszana
Klasyfikacja medalowa:	Ogólna

✓ TURNIEJ DEBIUTANTÓW

Konkurencje, kategorie wiekowe i wagowe, ciężar odważników/a i inne

<b>MĘŻCZYŹNI</b>		
Konkurencja sportowa:	<b>Podrzut oburącz mężczyzn</b>	<b>Rwanie mężczyzn</b>
Konkurencja:	Indywidualna	Indywidualna
Czas trwania występu:	10 minut	10 minut
Dopuszczalna ilość zmiany ręki:	Nie dotyczy. Dopuszczalne odłożenie odważników na pomost oraz częściowe wyciskanie (push and press)	Jedna dla rwania. Dopuszczalne odłożenie odważników na pomost
Kategorie wiekowe:	Dorosły: 18-45 lat Junior: 14-17 lat Weteran: 46-55 lat i 56+ lat	Dorosły: 18-45 lat Junior: 14-17 lat Weteran: 46-55 lat i 56+ lat
Kategorie wagowe:	Dorosły: do 85 kg i 85+ kg Junior: otwarta Weteran 46-55 lat : otwarta Weteran 56+ lat: otwarta	Dorosły: do 85 kg i 85+ kg Junior: otwarta Weteran 46-55 lat: otwarta Weteran 56+ lat: otwarta
Ciężar odważnika:	Dorosły: 16 kg Junior: 10 kg Weteran 46-55 lat: 16 kg Weteran 56+ lat: 12 kg	Dorosły: 16 kg Junior: 10 kg Weteran 46-55 lat: 16 kg Weteran 56+ lat: 12 kg

<b>KOBIETY</b>		
Konkurencja sportowa:	<b>Długi cykl kobiet jednorącz!</b>	<b>Rwanie kobiet</b>
Konkurencja:	Indywidualna	Indywidualna
Czas trwania występu:	10 minut	10 minut
Dopuszczalna ilość zmiany ręki:	Dowolna. Dopuszczalne odłożenie odważnika na pomost oraz częściowe wyciskanie (push and press) podczas podrzutu.	Jedna. Dopuszczalne odłożenie odważnika na pomost.
Kategorie wiekowe:	Dorosły: 18-45 lat Junior: 14-17 lat Weteran: 46-55 lat i 56+ lat	Dorosły: 18-45 lat Junior: 14-17 lat Weteran: 46-55 lat i 56+ lat
Kategorie wagowe:	Dorosły: do 65 kg i 65+ kg Junior: otwarta Weteran 46-55 lat : otwarta Weteran 56+ lat: otwarta	Dorosły: do 65 kg i 65+ kg Junior: otwarta Weteran 46-55 lat: otwarta Weteran 56+ lat: otwarta
Ciężar odważnika:	Dorosły: 12 kg Junior: 8 kg Weteran 46-55 lat: 12 kg Weteran 56+ lat: 10 kg	Dorosły: 12 kg Junior: 8 kg Weteran 46-55 lat: 12 kg Weteran 56+ lat: 10 kg

**Uwaga do klasyfikacji medalowej - indywidualnej!** w przypadku małej ilości startujących - w danej kategorii wiekowej i/lub wagowej, organizator zastrzega sobie prawo do łączenia tych kategorii (w dowolny sposób).

<b>SZTAFETY</b>	
Konkurencja sportowa:	<b>Sztafeta - podrzut</b>
Konkurencja:	Drużynowa (zespoły 4 osobowe)
Czas trwania występu:	12 minut (3 min/os)
Dopuszczalna ilość zmiany ręki:	Jedna – dotyczy kobiet. Dopuszczalne odłożenie odważnika/ów na pomost oraz częściowe wyciskanie (push and press) podczas podrzutu.
Kategorie wiekowe:	Otwarta
Kategorie wagowe:	Otwarta
Ciężar odważnika:	Mężczyźni: 2 x 16 kg Kobiety: 1 x 16 kg
Rodzaje sztafet:	1. Męska 2. Żeńska 3. Mieszana
Klasyfikacja medalowa:	Ogólna

✓ Ubiór zawodnika:

1. Dopuszcza się do zawodów zawodnika, którego strój spełnia niżej przedstawione wymagania:
  - a. koszulka z krótkim rękawem nie zasłaniająca łokci (wyjątek stanowią bezrękawniki oraz kostiumy jednoczęściowe w konkurencji rwanie)
  - b. spodenki sportowe obcisłe typu sprinterki, nie zasłaniające kolan (u kobiet dopuszcza się spódniczki sportowe)
  - c. buty sportowe
2. Zabrania się używania rękawiczek lub/i nakładek na dłonie.
3. Maksymalna szerokość pasa to 6 cm z przodu i 12 cm z tyłu
3. Zastosowanie usztywniaczy, ochraniaczy etc. jest dopuszczalne tylko w razie ich wcześniejszego zgłoszenia w biurze zawodów, wyłącznie z przyczyn zdrowotnych, które winny zostać wpisane do karty zawodnika. Powyższe nie dotyczy tzw. „frotek” o ile ich szerokość nie przekracza 12 cm.

## VI. Nagrody

- ✓ Tytuł zdobywcy Pucharu Polski może zdobyć tylko osoba z polskim obywatelstwem. Startujący w zawodach obcokrajowcy zajmują normalnie miejsca na podium i medale, ale nie mogą wygrać Pucharów za pierwsze, drugie i trzecie miejsce.
- ✓ Dla wszystkich uczestników zawodów przewidziane są pamiątkowe dyplomy.
- ✓ Za trzy pierwsze miejsca, w każdej z rozegranych konkurencji i kategorii, zawodnicy i zawodniczki otrzymają medale.

## **VII. Zgłoszenia do zawodów i opłaty startowe**

- ✓ W zawodach mogą uczestniczyć sportowcy, którzy ukończyli 14 rok życia. Organizator dopuszcza do zawodników w wieku 14-17 lat pod warunkiem pisemnej zgody opiekuna prawnego
- ✓ Rejestracja udziału – za pośrednictwem formularza zgłoszeniowego <http://zawody.kettlebell.org.pl/>. Rejestracji należy dokonać do 25 października. Możliwa jest późniejsza rejestracja, wiąże się to jednak z opłatą startową 200 zł. Obowiązek wcześniejszej rejestracji dotyczy jedynie startów indywidualnych, start sztafet można rejestrować na miejscu w dniu zawodów.
- ✓ Opłata startowa wynosi 100 zł i uprawnia do startu w kilku konkurencjach, np. w Pucharze Polski mężczyzn w ramach opłaty może wystąpić w 2-boju, długim cyklu i sztafecie. Wpłaty należy dokonywać w momencie rejestracji na konto Polskiej Federacji Sportów Odważnikowych 96 1050 1764 1000 0090 3106 5569. Członkowie klubów zrzeszonych w Polskiej Federacji Sportów Odważnikowych płacą 50 zł opłaty startowej.
- ✓ Wpisowe za niestawiennictwo zawodnika (dot. zarówno startu indywidualnego jak i w sztafecie) nie będzie zwracane.

## **VIII. Informacje dodatkowe**

- ✓ Organizator zapewnia miejsce i sprzęt sportowy umożliwiający zawodnikom przeprowadzenia rozgrzewki przed zawodami.
- ✓ Oficjalne wyniki zawodów zostaną umieszczone na stronie internetowej PFSO ([www.sportyodwaznikowe.pl](http://www.sportyodwaznikowe.pl))

### ✓ **Protesty**

1. Protesty składać mogą wyłącznie kierownicy lub kapitanowie drużyn (w wypadku ich braku trenerzy i w ostateczności sami zawodnicy) bezpośrednio po zakończeniu startu któregoś z członków drużyny lub ich zespołu.

2. Protest może dotyczyć wyłącznie członka własnej drużyny

3. Żeby protest mógł być rozpatrzony, powinien on być zgłoszony na piśmie Sędziemu Głównemu zawodów albo osobie obecnej w biurze zawodów należącej do kolegium sędziowskiego.

4. Kaucja protestowa wynosi 100 zł (płatna w biurze zawodów).

- ✓ Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi zawodów a w części dotyczącej startów, zgłaszania protestów, ustalania wyników zawodów Sędziemu Głównemu.

## **IX. Postanowienia końcowe:**

- ✓ Zawodnik bierze udział w zawodach na własną odpowiedzialność. Przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionego Formularza Zgłoszeniowego oraz dokonanie opłaty startowej oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w zawodach, w tym zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko.
- ✓ Organizator zapewnia opiekę medyczną wyłącznie dla uczestników imprezy od momentu startu do jego zakończenia. Organizator nie pokrywa kosztów medycznych lub kosztów transportu nieobjętych zakresem zabezpieczenia medycznego imprezy. Decyzje podjęte przez Koordynatora medycznego lub obsługę medyczną co do udziału zawodnika w zawodach są niezawisłe oraz są wiążące wobec zawodnika. Niezastosowanie się do zaleceń obsługi medycznej powoduje dyskwalifikację zawodnika.

- ✓ Przystąpienie do procesu zgłaszania do zawodów, wpisywane w ramach rejestracji dane, w tym osobowe, zakończone przesłaniem do Organizatora, prawidłowo wypełnionego i podpisanego Formularza Zgłoszeniowego oznacza wyrażenie zgody przez uczestnika zawodów na wykorzystanie podanych przez niego danych osobowych na potrzeby związane z organizowaną imprezą oraz na wewnętrzne potrzeby administracyjne i analityczne Organizatora, zgodnie z ustawą o ochronie o danych osobowych z dnia 29 sierpnia 1997 r.,(tj. Dz.U 2002, Nr. 101, poz.926). Uczestnikowi przysługuje prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dowolnym momencie kierując korespondencję na adres Organizatora, przy czym wycofanie zgody na wykorzystanie danych osobowych na potrzeby związane z organizacją zawodów uniemożliwia uczestnikowi start.
- ✓ Uczestnik zawodów wyraża zgodę na wykorzystywanie przez Organizatora swojego wizerunku, utrwalonego w dowolnej formie, w celach związanych z organizacją Pucharu Polski Kettlebell Lifting / Turnieju Debiutantów i działalnością Organizatora. Zgoda ta dotyczy w szczególności wykorzystania wizerunku poprzez zamieszczenie wykonanych fotografii lub materiałów filmowych w relacjach i materiałach promocyjnych Organizatora. Zgoda obejmuje także wykorzystanie wykonanych materiałów i zdjęć w szczególności do upublicznienia, udostępnienia Sponsorom Zawodów, powielania, zwielokrotniania, emisji, publikacji, nadawania lub transmisji. Niniejsza zgoda na wykorzystanie wizerunku nie jest ograniczona czasowo ani terytorialnie. Zgoda na wykorzystywanie wizerunku udzielana jest nieodpłatnie.
- ✓ O wszystkich sprawach nieobjętych niniejszym regulaminem decyduje Organizator i Sędzia Główny Zawodów.

-----

Oświadczenie zawodnika biorącego udział

**w Pucharze Polski Kettlebell (II etap) / Turnieju Debiutantów Kettlebell**

Ja....., ur. .... zgłaszam swoje uczestnictwo w Pucharze Polski Kettlebell Lifting / Turnieju Debiutantów Kettlebell w Warszawie w dniach 03-04.11.2018.

Oświadczam, że stan mojego zdrowia pozwala na uczestnictwo w tego typu imprezie sportowej i nie są mi znane jakiegokolwiek przeciwwskazania.

Akceptuję to, że:

- organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne wypadki, szkody i zdarzenia losowe, dotyczące zdrowia i życia uczestników podczas zawodów.

- nie będę dochodzić roszczeń od organizatora lub jego zleceniobiorców w razie wypadku lub szkody i zdarzenia losowego podczas zawodów

- będę przestrzegać regulaminu zawodów.

2018/...../.....

Czytelny podpis .....

## OŚWIADCZENIE

**przedstawiciela ustawowego wyrażające zgodę na udział osoby małoletniej  
w Pucharze Polski Kettlebell (II etap) / Turnieju Debiutantów Kettlebell  
oraz zaświadczające zdolność osoby małoletniej do udziału w zawodach.**

.....  
(imię i nazwisko składającego oświadczenie)

.....  
(adres zamieszkania)

.....  
(telefon kontaktowy)

Niniejszym jako przedstawiciel ustawowy – rodzic\* /opiekun prawny\* osoby małoletniej:

.....  
(imię i nazwisko dziecka)

wyrażam zgodę na jej/jego udział w Pucharze Polski Kettlebell Lifting / Turnieju Debiutantów Kettlebell w Warszawie, w dniach 03-04.11.2018. organizowanym przez Polską Federację Sportów Odważnikowych i Polskie Stowarzyszenie Kettlebell i Fitness.

Jednocześnie oświadczam, że:

- stan zdrowia osoby małoletniej, za którą biorę odpowiedzialność, pozwala jej na udział w zawodach
- zapoznałem się z treścią Regulaminu Turnieju Debiutantów Kettlebell w Warszawie i jestem świadoma/y jego postanowień i w pełni je akceptuję, jako wiążące mnie oraz osobę małoletnią, nad którą sprawuję opiekę.

.....  
(miejsowość, data)

.....  
(czytelny podpis przedstawiciela ustawowego małoletniego zawodnika)