

**XVII**  
**ZAWODY W PŁYWANIU NIEPUBLICZNYCH SZKÓŁ PODSTAWOWYCH**  
**O PUCHAR DYREKTORA SSP 10**  
**20.02.2024 r**  
**Zasięg wojewódzki**

**1. Termin i miejsce zawodów**

Warszawa, Pływalnia OSiR, ul. Polna 7a  
20.02.2024 r (wtorek)

**2. Organizator**

Spółeczna Szkoła Podstawowa NR 10 STO im. Kard. St. Wyszyńskiego,  
ul. Ostrobramska 72, 04-175 Warszawa, [www.ssp10.pl](http://www.ssp10.pl)  
tel. 22 613 72 23  
Ośrodek Sportu i Rekreacji Warszawa Śródmieście, ul. Polna 7a, 00-625 Warszawa.

**3. Uczestnictwo**

**Zawody mają charakter amatorsko-zawodniczy**

Prawo uczestnictwa w zawodach mają uczniowie szkół niepublicznych z aktualnymi legitymacjami szkolnymi oraz badaniami lekarskimi.

**Kategorie wiekowe**

- Kat. I, rok urodzenia 2015-16
- Kat. II, rok urodzenia 2013-14
- Kat. III, rok urodzenia 2011-12
- Kat. IV, rok urodzenia 2009-10

Każda szkoła podstawowa może zgłosić 30 zawodników tzn.: każdy zawodnik może startować w **3 konkurencjach** – dwa razy indywidualnie i raz w sztafecie lub raz indywidualnie i dwa razy w sztafecie. Zawodnik z niższej kategorii nie może startować w wyższej i odwrotnie. Starty w każdej konkurencji są wliczane do klasyfikacji ogólnej drużyn.

**Każda szkoła może wystawić dwa składy.**

**Należy je zgłosić na oddzielnych zaproszeniach z różniącą się nazwą np. SSP10 i SSP10s2**

Zawody zostaną przeprowadzone według przepisów FINA i regulacji PZP. Pomiar czasu elektroniczny.

*Uwaga! W dniu zawodów nie będą dokonywane zmiany w startach!*

#### **4. Konkurencje**

Zawody zostaną rozegrane w następujących stylach i dystansach:

- Kat. I 25m – styl grzbietowy, 25m – styl dowolny, 25m – styl klasyczny, 4x25m – sztafety stylem dowolnym dziewcząt i chłopców.
- Kat. II 25m – styl grzbietowy, 25m – styl dowolny, 25m - styl klasyczny, 25m styl motylkowy, 4x25m – sztafeta stylem dowolny i zmiennym dziewcząt i chłopców.
- Kat. III 50m – styl grzbietowy, 50m – styl dowolny, 50m - styl klasyczny, 50m – styl motylkowy, 4x50m – sztafeta stylem dowolny i zmiennym dziewcząt i chłopców.
- Kat. IV 50m – styl grzbietowy, 50m – styl dowolny, 50m - styl klasyczny, 50m – styl motylkowy, 100m – styl zmienny, 4x50m – sztafeta stylem dowolny i zmiennym dziewcząt i chłopców.

Kategoria I oraz II w konkurencjach indywidualnych startuje z wody od strony wody płytkiej. W kategorii I oraz II w konkurencji sztafety 4x25m dzieci startują: od strony głębokiej ze słupka, od strony wody płytkiej z wody.

#### **5. Program zawodów**

**08:30 – odprawa techniczna dla trenerów**

**09:00 – 09:15 rozgrzewka dla kat. I i II (7 min dziewczęta i 7 min chłopcy)**

09:20 - 25m styl grzbietowy kat. I i II dziewczęta i chłopcy

09:40 – 25m styl dowolny kat. I i II dziewczęta i chłopcy

09:55 - 25m styl klasyczny kat. I i II dziewczęta i chłopcy

10:10 – 25m styl motylkowy kat. II dziewczęta i chłopcy

10:20 – 4x25m sztafeta dowolna kat. I dziewczęta i chłopcy

10:30 – 4x25m sztafeta zmienna kat. II dziewczęta i chłopcy

10:40 - 4x25m sztafeta dowolna kat. II dziewczęta i chłopcy

**11:00 - rozgrzewka dla kat III i IV (7 min dziewczęta i 7 min chłopcy)**

11:15– 50 m styl grzbietowy kat. III dziewczęta i chłopcy

11:35 – 50 m styl grzbietowy kat. IV dziewczęta i chłopcy  
11:55 – 50m styl dowolny kat. III dziewczęta i chłopcy  
12:15 - 50m styl dowolny kat. IV dziewczęta i chłopcy  
12:35 – 50m styl klasyczny kat. III dziewczęta i chłopcy  
12:55 - 50m styl klasyczny kat. IV dziewczęta i chłopcy  
13:15 – 50m styl motylkowy kat. III dziewczęta i chłopcy  
13:30 - 50m styl motylkowy kat. IV dziewczęta i chłopcy  
13:40 – 100m styl zmienny kat. IV dziewczęta i chłopcy  
13:50 – sztafety st. zmiennym, st. dowolnym kat. III i IV dziewczęta i chłopcy  
14:20 – dekoracja, zakończenie zawodów (dekoracja będzie się także odbywać w trakcie zawodów)

*Uwaga!*

*Program minutowy podczas zawodów może ulec przesunięciu.*

*W przypadku, gdy kat. I oraz II zakończy się wcześniej niż jest to zaplanowane w programie, od razu rozpoczynamy biegi z kat. III i IV.*

## **6. Punktacja**

Zwycięzcą zostaje zawodnik, który uzyskał najlepszy wynik w danej konkurencji i w danej kategorii.

Z wyników konkurencji indywidualnych i sztafet prowadzona będzie punktacja wg następującego klucza:

- indywidualnie: I m-ce – 13 pkt, II m-ce – 11 pkt III m-ce – 10 pkt, IV m-ce –9 pkt ...XII m-ce – 1 pkt
- sztafety: I m-ce 26 pkt, II m-ce – 22 pkt, III m-ce – 20 pkt, IV m-ce – 18pkt, ...XII m-ce – 2 pkt
- Suma uzyskanych punktów w konkurencjach indywidualnych i sztafetach decyduje o miejscu ekipy w klasyfikacji drużynowej (dotyczy szkół podstawowych)

## **7. Zgłoszenia**

Listy startowe w formacie lxf, należy przesyłać pocztą elektroniczną do dnia **16.02.2024 r.**, na adres **zawody@wmozp.pl**. Prosimy o wpisanie tematu wiadomości „Puchar Dyrektora SSP10”. Listy startowe (zaproszenie) do wypełnienia oraz program do ich obsługi można pobrać ze strony **<http://livetiming.pl/>** . Drugą listę startową – zbiorczą (imię i nazwisko zawodnika, kat., konkurencje) podpisaną przez dyrektora szkoły oraz lekarza, powinien posiadać trener w dniu zawodów.

Zaproszenie oraz komunikat będzie dostępny także na stronie **<http://ssp10.pl/strona/>**

## **8. Opłata startowa**

Opłaty za uczestnictwo w zawodach wpłacają szkoły na konto organizatora do **16.02.2024r:**  
BNP Paribas 76 1750 0009 0000 0000 0097 1928 z dopiskiem „Nazwa szkoły, ilość uczniów, PD 2024”

Opłata startowa wynosi **45 złotych** za zawodnika

Opłatę należy uiścić przed zawodami. Szkoły, które nie dokonały opłaty nie będą dopuszczone do startu.

*Uwaga!*

*Na pływalni dla osób niepływających, czyli opiekunów grup, obowiązuje strój: klapki, krótkie spodenki i koszulka.*

*Rodzice uczniów startujących pozostają na trybunach.*

*Prosimy, aby opiekunowie zwracali uwagę na korzystanie przez uczniów z prysznic przed wejściem do wody. Każdy z opiekunów grup otrzyma od organizatora listę startową, odpowiednią ilość kluczyków do szafek, za które jest odpowiedzialny.*