

REGULAMIN

I. Rodzinnych Podchodów Michałowickich

I. ORGANIZATORZY:

Sołectwo Michałowice Wieś

Wójt Gminy Michałowice

II. TERMIN I MIEJSCE:

Podchody odbędą się 28 września 2013 roku w godzinach 10.00 – 16.00 na terenie strefy rekreacji w Michałowicach (start i meta) oraz na terenie gminy.

III. CEL :

1. Integracja mieszkańców sołectwa Michałowice Wieś;
2. Wyrabianie nawyku aktywnego spędzania wolnego czasu w gronie rodzinnym.

IV. Uczestnicy:

W podchodach uczestniczyć mogą drużyny składające się z minimum trzech osób, które posiadają powinowactwo rodzinne w prostej linii (np. dziadkowie, rodzice lub osoby prawne, dzieci). Każdy zespół może liczyć nieograniczoną liczbę zawodników, musi jednak spełnić wymóg dwupokoleniowości (czyli rodzice z dziećmi, albo dziadkowie z wnukami). Uczestnikami mogą być osoby (przynajmniej jedna - najlepiej kapitan zespołu) zameldowane na terenie Gminy Michałowice.

V. FORMA I TERMIN ZGŁOSZEŃ

Zgłoszenia drużyn przyjmować będzie osobiście do 23 września 2013 roku, Sołtys Michałowice Wieś Adriana Król oraz Tomasz Malinowski (przedstawiciel realizatora podchodów). Dopuszczalna jest także forma elektronicznego zgłoszenia poprzez email adrianakrol@o2.pl oraz malinowskit@wp.pl . Formularz zgłoszenia oraz regulamin przedsięwzięcia dostępny będzie na stronie internetowej www.michalowice.pl Zgłoszone drużyny, na dwa dni przed imprezą otrzymają informację o godzinie stawienia na starcie.

VI. CHARAKTER ZABAWY:

Podchody oprócz marszu w terenie, składają się z dziewięciu konkurencji, w których trzeba wykazać się sprawnością, szybkością, siłą i wiedzą. Po dokonaniu zgłoszenia i stawieniu się na starcie o wyznaczonej godzinie - drużyna otrzyma mapę oraz kartę identyfikacyjną zespołu. Zadaniem zespołu będzie odnaleźć wszystkie punkty w terenie (zaznaczone na mapie) oraz wykonanie (na punktach w terenie) zadań. Wygra zespół który zdobędzie największą ilość punktów.

VII. KONKURENCJE:

Konkurencja 1.

Orientacja.

Drużyna po otrzymaniu mapy będzie zobowiązana do odnalezienia dziesięciu punktów w terenie , które zaznaczone będą na mapie. Potwierdzeniem odnalezienia punktu będzie odcisk perforatora na karcie identyfikacyjnej zespołu. Na punktach w terenie, będą realizowane zadania zespołowe. Na odnalezienie wszystkich punktów drużyna ma limit 150 minut. Czas oczekiwania w ewentualnej kolejce na wykonanie zadania na punkcie nie będzie wliczany do ww. limitu. Szacunkowa długość trasy do pokonania w terenie - ok. 3,5 km.

PUNKTACJA: Za każde odnalezienie punktu drużyna otrzyma 10 pkt. Za ominięcie punktu odjęte zostanie 10 pkt. Za przekroczenie ww. limitu czasu odjęte zostanie 10 pkt. za każdą rozpoczętą minutę

Konkurencja 2. Nawijanie.

W konkurencji uczestniczy jeden (najmłodszy) zawodnik z każdej drużyny. Jego zadaniem jest nawinąć sznurek o długości 10 m. na drążek, który będzie trzymał w ręku.

PUNKTACJA: O zajęciu konkretnego miejsca decyduje uzyskany czas.

Konkurencja 3. Narciarstwo.

W konkurencji uczestniczy 3 zawodników z każdej drużyny (wymóg konieczny: dwupokoleniowość, tzn. że nie mogą to być osoby z jednego pokolenia). Ich zadaniem jest pokonać wyznaczoną trasę ok. 15 m, w jak najkrótszym czasie, na specjalnie przygotowanych trzyosobowych nartach. W konkurencji mogą równolegle startować 2 drużyny.

PUNKTACJA: O zajęciu konkretnego miejsca decyduje uzyskany czas.

Konkurencja 4. Rzutowisko.

Konkurencja polega na rzucie na odległość butem, beretem i piłką do ping ponga. W konkurencji biorą udział wszyscy zawodnicy drużyny. Każdy będzie mógł wykonać tylko 1 rzut i tylko jednym przedmiotem. Nie ma rzutów treningowych. Rzut butem to właściwie wykop buta na odległość. Bowiem w tym wypadku wykonuje się jak najdalszy wyrzut swoim butem. Rzut beretem (czapką, kapeluszem) wykonuje się własnym nakryciem głowy bez dotyku rąk. Rzut piłeczką do ping ponga wykonuje się za pomocą łyżeczki. Piłeczki nie można dotknąć ręką.

PUNKTACJA: O zajęciu miejsca decyduje suma osiągniętych trzech najdłuższych odległości. Na tę sumę składać się będzie najlepszy wynik rzutu butem, beretem i piłką do ping ponga. Do przedmiotowej sumy zachowana będzie zasada dwupokoleniowości (tzn. że ww. suma nie może składać się z wyników osiągniętych tylko przez osoby z jednego pokolenia). Za każdy metr odległości, przyznany będzie 1 pkt. W sytuacji przekroczenia 50 cm przyznaje się 1 pkt.

Konkurencja 5. Sztafeta.

Rodzinna sztafeta, to konkurencja przeznaczona dla trzech osób. Pierwsza osoba ma zadanie przejechać slalom rowerem. Do zadań kolejnej osoby jest pokonanie tego samego odcinka na szczudłach. Najmłodszy uczestnik drużyny musi będzie pokonać ten sam odcinek skacząc w worku. Uruchomienie sztafety odbywa się poprzez klepięcie kolejnego zawodnika w ramię.

PUNKTACJA: O zajęciu miejsca decyduje uzyskany czas, liczony od startu pierwszego zawodnika do przybiegnięcia na metę ostatniego.

Konkurencja 6. **Strzelanie.**

Konkurencja polega na wykonaniu strzelania z pistoletu pneumatycznego . Biorą w niej udział wszyscy zawodnicy drużyny. Każdy będzie mógł wykonać 1 strzał próbny, a następnie trzy strzały punktowane. Celem będzie figura kaczki oraz koło. Odległość do celu: ok. 5m.

PUNKTACJA: O zajęciu miejsca decyduje suma trzech najlepszych wyników osiągniętych przez zawodników. Do wyliczenia przedmiotowej sumy zachowana będzie zasada dwupokoleniowości (tzn. że ww. suma nie może składać się z wyników osiągniętych tylko przez osoby z jednego pokolenia). Za trafienie kaczki, przyznany będzie 1 pkt. Za trafienie koła, przyznane będą 2 pkt.

Konkurencja 7. **Strzelanie z łuku.**

Konkurencja polega na wykonaniu strzelania z łuku . Biorą w niej udział wszyscy zawodnicy drużyny. Każdy będzie mógł wykonać 2 strzały próbne, a następnie trzy strzały punktowane. Celem będzie koło o średnicy 1 m. Na tarczy będą oznaczone kolorowe pierścienie. Odległość do celu: ok. 5m.

PUNKTACJA: O zajęciu miejsca decyduje suma trzech najlepszych wyników osiągniętych przez zawodników. Do wyliczenia przedmiotowej sumy zachowana będzie zasada dwupokoleniowości (tzn. że ww. suma nie może składać się z wyników osiągniętych tylko przez osoby z jednego pokolenia). Za trafienie najmniejszego pierścienia (środek o średnicy ok. 10cm), przyznane będzie 5 pkt. Za trafienie kolejnych odpowiednio o jeden punkt mniej.

Konkurencja 8. **Gąsienica.**

Konkurencja polega na jak najszybszym pokonaniu wyznaczonego w terenie odcinka. Biorą w niej udział wszyscy zawodnicy drużyny. Rodzina otrzyma tyle plastikowych skrzynek po napojach, ilu jest jej członków plus jedna skrzynka dodatkowo. Wyznaczony dystans pokonać będzie można tylko chodząc po otrzymanych skrzynkach. Nie można stąpać po ziemi. Na jednej skrzynce może przebywać w tym samym czasie tylko jedna osoba.

PUNKTACJA: O zajęciu miejsca decyduje uzyskany czas, liczony od startu pierwszego zawodnika do przybiegnięcia na metę ostatniego.

Konkurencja 9. **Koszykówka.**

Konkurencja polega na wrzuceniu do kosza jak najwięcej razy piłki do kosza, w czasie 60 sekund. Wrzucanie będzie się odbywać z linii rzutów osobistych. Rzuca jeden zawodnik, pozostałe osoby z drużyny będą podawać mu piłki. Do dyspozycji będą 3 piłki do koszykówki.

PUNKTACJA: O zajęciu miejsca decyduje ilość wrzuconych do kosza piłek. Za każde wrzucenie przyznany zostanie 1 pkt.

Konkurencja 10. **Konkurs wiedzy.**

Konkurencja polega na odpowiadaniu na 10 losowo wybranych pytań z zakresu wiedzy ogólnej.

PUNKTACJA: Jeśli właściwą odpowiedź udzieli najmłodszy zawodnik drużyny (ale tylko wtedy, gdy ma nie więcej, niż 9 lat) przyznane zostaną 2 pkt. Za właściwą odpowiedź uzyskaną od pozostałych zawodników drużyna otrzyma 1 pkt.

VIII. ZASADY WYŁONIENIA ZWYCIĘZCÓW

1. Zwycięzca Podchodów zostanie wyłoniony po zsumowaniu wyników wszystkich konkurencji.
2. Wygra drużyna, która zdobyła największą ilość punktów.
3. Jeśli kilka zespołów osiągnie ten sam wynik, o zajęciu lepszego miejsca decydować będzie miejsce uzyskane w konkurencji sztafeta.
4. Punkty za poszczególne konkursy zostaną przyznane według następującej zasady: Zwycięzca konkurencji otrzyma tyle punktów ile wzięło w niej udział drużyn. Tzn. jeśli do konkurencji przystąpiło 20 zespołów, to za zajęcie 1 miejsca przyznanych zostanie 20 pkt. Za kolejne miejsca przyznane będzie o jeden punkt mniej (tj. za drugie - 19 pkt, za trzecie - 18pkt, ostatni zespół otrzyma 1 pkt.). Jeśli kilka zespołów osiągnie ten sam wynik, otrzyma tyle samo punktów wynikających z zajętego miejsca w konkretnej konkurencji.
5. Decyzja komisji sędziowskiej jest nieodwołalna.

IX. NAGRODY

Dla drużyny, która zajęła pierwsze miejsce przewidziana jest wartościowa nagroda.
Za zajęcie pierwszych trzech miejsc - kosze z nagrodami.

X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. W momencie stawiennictwa na starcie, okazać należy dokumenty umożliwiające zweryfikowanie więzów rodzinnych oraz miejsca zameldowania.
2. Uczestnictwo w Podchodach jest bezpłatne.
3. Zgłoszenie na Podchody jest równoznaczne z akceptacją zasad Regulaminu Podchodów.
4. Zgłaszający na Podchody poświadczą tym samym, że wszyscy członkowie drużyny:
 - posiadają odpowiedni stan zdrowia,
 - podporządkują się poleceniom organizatorów,
 - pokryją ewentualne koszty związane z naprawą wszelkich spowodowanych przez siebie strat materialnych, niewynikających z normalnego użytkowania sprzętu,
 - przestrzegać będą przepisów ochrony przyrody, BHP i przepisów przeciwpożarowych,
 - nie będą pod wpływem, ani nie będą spożywać alkoholu i środków odurzających,
 - biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność i ryzyko.
5. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie i ostatecznej jego interpretacji.
6. Impreza odbędzie się bez względu na warunki pogodowe. W sytuacji załamania pogody jej realizacja nastąpi głównie na terenie obiektów Zespołu Szkół w Michałowicach ul.Szkolna 15
7. Dane osobowe uczestników nie będą wykorzystane do żadnych innych celów niż związanych z organizacją imprezy.