



REGULAMIN MIKOŁAJKOWYCH RODZINNYCH ZAWODÓW PŁYWACKICH

*(Pływalnia Miejska - Nowy Dwór Mazowiecki)
Nowy Dwór Mazowiecki, 14 grudnia 2025 r.*

I. MIEJSCE I TERMIN ZAWODÓW

1. **Miejsce:** Pływalnia Miejska Nowodworskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji, ul. Sportowa 66, Nowy Dwór Mazowiecki.
2. **Termin:** 14 grudnia 2025 r. (niedziela), rozpoczęcie zawodów godz. 10:00, wejście do szatni godz. 9:30, rozgrzewka od godz. 9:45.

II. ORGANIZATOR

1. Nowodworski Ośrodek Sportu i Rekreacji,
2. Miasto Nowy Dwór Mazowiecki.

III. CEL

1. Popularyzacja pływania jako czynnej formy uprawiania rekreacji;
2. Umożliwienie sprawdzenia swoich umiejętności pływackich w rywalizacji sportowej;
3. Przegląd umiejętności pływackich w celu wyłonienia talentów pływackich wśród dzieci i młodzieży z Nowego Dworu Mazowieckiego;
4. Promowanie zdrowego stylu życia wśród mieszkańców miasta, ze szczególnym zwróceniem uwagi na rozwój zainteresowań pływackich wśród dzieci, młodzieży i osób dorosłych;
5. Forma spędzania wolnego czasu bez używek, jako profilaktyka przeciwdziałania alkoholizmowi i narkomanii.
6. Zawody mają charakter amatorski.

IV. UCZESTNICY

Dzieci w wieku przedszkolnym, młodzież ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych, dorośli którzy chcą sprawdzić poziom swoich umiejętności pływackich na dystansach określonych regulaminem zawodów.





V. ZGŁOSZENIA ZAWODNIKÓW

Zgłoszenia do zawodów przyjmowane są w kasach pływalni do 11 grudnia 2025 r. (nie ma możliwości zapisu po terminie). Zgłoszenia można dokonać na kartach przygotowanych przez organizatora dostępnych w kasie pływalni lub na stronie www.nosir.pl lub przez formularz google dostępny na www.nosir.pl.

UWAGA:

1. Niepełnoletnie dzieci i młodzież muszą posiadać pisemną zgodę rodziców (opiekunów prawnych) do uczestnictwa w zawodach.
2. Zgłoszenia przesłane pocztą elektroniczną lub telefoniczne nie będą przyjmowane;
3. W sztafecie rodzinnej i open obowiązują zgłoszenia jak wyżej;
4. W każdej kategorii wiekowej dozwolone jest pływanie z przyborem lub bez.

VI. KATEGORIE WIEKOWE I DYSTANSE

- I Kategoria (rocznik 2019 i młodszy) 6 lat i młodszy

DZIEWCZĘTA/CHŁOPCY

Dystans 25 m stylem dowolnym;

- II Kategoria (rocznik 2018) 7 lat

DZIEWCZĘTA/CHŁOPCY

Dystans 25 m stylem dowolnym;

- III Kategoria (rocznik 2017) 8 lat

DZIEWCZĘTA/CHŁOPCY

Dystans 25 m stylem dowolnym;

- IV Kategoria (rocznik 2016) 9 lat

DZIEWCZĘTA/CHŁOPCY

Dystans 25 m stylem dowolnym;

- V Kategoria (rocznik 2015) 10 lat

DZIEWCZĘTA/CHŁOPCY

Dystans 50 m stylem dowolnym;

- VI Kategoria (rocznik 2014) 11 lat

DZIEWCZĘTA/CHŁOPCY

Dystans 50 m stylem dowolnym;





- **VII Kategoria (rocznik 2013) 12 lat**

DZIEWCZĘTA/CHŁOPCY

Dystans 50 m stylem dowolnym;

- **VIII Kategoria (rocznik 2012) 13 lat**

DZIEWCZĘTA/CHŁOPCY

Dystans 50 m stylem dowolnym;

- **IX Kategoria (roczniki 2011-2010) 14-15 lat**

DZIEWCZĘTA/CHŁOPCY

Dystans 50 m stylem dowolnym;

- **X Kategoria 50+ (dorośli - skończone 50 lat i powyżej)**

KOBIETY/MĘŻCZYŻNI

Dystans 50 m stylem dowolnym;

- **XI Kategoria OPEN - od 16. roku życia**

KOBIETY/MĘŻCZYŻNI

Dystans 50 m stylem dowolnym;

- **XII Kategoria OPEN MASTERS - od 12. roku życia**

KOBIETY/MĘŻCZYŻNI

Dystans 100 m stylem dowolnym;

- **XIII Kategoria SZTAFETA RODZINNA**

1. Sztafeta Rodzinna gr. I - dziecko (rocznik 2013 i mł. - 12 lat i młodsze) + rodzic/dziadek (lub prawny opiekun).
2. Sztafeta Rodzinna gr. II - dziecko (rocznik 2012 i starsze - 13 lat i starsze) + rodzic/dziadek (lub prawny opiekun).

Dystans 2x25 m stylem dowolnym (na płytkiej wodzie start z wody).

- **XIV Kategoria SZTAFETA OPEN**

1. Sztafeta OPEN - zawodnicy powyżej 16. roku życia.

Dystans 2x25 m stylem dowolnym (na płytkiej wodzie start z wody).





VII. REGULAMIN ZAWODÓW

1. Uczestnik musi posiadać dokument tożsamości potwierdzający rok urodzenia, (legitymację szkolną, dowód osobisty, który należy okazać na życzenie sędziego głównego).
2. Wejście na basen na czas trwania zawodów jest bezpłatne.
3. Uczestnicy wykonują start z wody lub ze słupka startowego.
 - falstart - dodatkowe 2 s. do uzyskanego czasu;
 - pomiar czasu - ręczny;
 - nieprawidłowy nawrót - dodatkowe 2 s. do uzyskanego czasu.
4. W przypadku dużej ilości zgłoszeń organizator zastrzega możliwość podziału startów na bloki.

VIII. NAGRODY

1. Pamiątkowe medale dla wszystkich zawodników z I kategorii;
2. Za zajęcie I-III miejsca w danym etapie, w każdej kategorii wiekowej indywidualnej i sztafecie uczestnicy otrzymują medale oraz nagrody.

IX. PROGRAM ZAWODÓW I SPRAWY ZWIĄZANE Z ZAWODAMI (DOKŁADNY PROGRAM MINUTOWY PODANY ZOSTANIE DZIEŃ PRZED ZAWODAMI W NOSIR ORAZ NA STRONIE INTERNETOWEJ WWW.NOSIR.PL)

1. Wręczenie medali w trakcie trwania zawodów;
2. Rodzicom zawodników/czek oraz pozostałym kibicom będą udostępnione miejsca na trybunach.

X. OŚWIADCZENIA I UBEZPIECZENIE

Każdy dorosły uczestnik /niepełnoletni konieczna zgoda rodziców/ oświadcza i zobowiązuje się, że startuje na własną odpowiedzialność lub do zgłoszenia dołącza odpowiednie zaświadczenie lekarskie zezwalające na start w zawodach. Każdy uczestnik ma prawo do ubezpieczenia się we własnym zakresie.

Organizator nie ubezpiecza uczestników zawodów.

XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

Regulamin zawodów będzie wywieszony w holu głównym basenu oraz będzie dostępny na stronie internetowej www.nosir.pl. Prawo interpretacji Regulaminu należy do organizatora. W sprawach spornych lub nie objętych regulaminem - decyduje sędzia główny zawodów.

