



# III OTWARTE MIĘDZYNARODOWE MISTRZOSTWA POLSKI MORSÓW

## „GDYNIA 2015”

W PŁYWANIU EKSTREMALNYM  
NA CZAS

Patronat Nadzwyczajny: Ministra Sportu i Turystyki Adama Korola

Pod honorowymi patronatami :

Prezydenta Gdyni

Pana Wojciecha Szczurka

Rektora Akademii Morskiej

Prof. zw. dr hab. Piotra Jędrzejowicza

Rektora Akademii Wychowania Fizycznego

Prof. nadzw. dr hab. Waldemara Moski

### TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

Uroczyste Otwarcie Mistrzostw: 5 grudnia, godz. 9:00

Budynek Akademii Morskiej: Wydział Nawigacji

Skwer Kościuszki ul. Jana Pawła II 3

Zawody: Gdynia Port Jachtowy

### ORGANIZATOR ZAWODÓW:

Polska Fundacja Morsów Lech-Mors

Prezes PFM Lech Bednarek tel. 501 550 040

mail: lech-mors@twardziellechmors.pl

Dyrektor Biura Zawodów: Andrzej Banasiak tel. 505 999 255

Z-ca kier. biura. Zawodów: Leszek Makurat tel. 606 142 740

### WSPÓŁORGANIZATOR ZAWODÓW:

Gdyńskie Centrum Sportu w Gdyni

## SĘDZIA GŁÓWNY ZAWODÓW:

Wiesława Hryniewicz - Polski Związek Pływacki

## ZABEZPIECZENIE MEDYCZNE:

Gdyńskie Centrum Sportu Gdynia

Lekarz, karetka – G.C.S.G.

Rat. Medyczny – G.C.S.G.

Starszy Ratownik Wodny, pływonurek - WOPR - Sopot

## REGULAMIN ZAWODÓW

Wymagane oświadczenie o stanie zdrowia (załącznik nr 3).

Starty odbędą się wg kategorii wiekowych.

Kategorie wiekowe dla dystansu: 25m i 50m:

**A 1997-1996 18-19**

**B 1995-1986-20-29**

**C 1985-19756 30-39**

**D 1975-1971 40-44**

**E 19701966 45-49**

**F 1965-1964 50-54**

**G 1960-1956 55-59**

**H 1955-1951 60-64**

**I 1950-1946 65-69**

**J 1945-1941 70-74**

**K 1940-1936 75-79**

Kategorie wiekowe na dystansie 200m. stylem dowolnym.

Kobiety i mężczyźni płyną razem.

**E1 1995 1986 20-29**

**E2 1985-1976 30-39**

**E3 1975-1966 40-49**

**E4 1965-1956 50-59**

**E5 1955-1946 60-69**

**E6 1945-1936 70-79**

Sztafeta 4×25m stylem dowolnym /wiek 151+/-.

Mix: 2 kobiety i 2 mężczyzn

W sztafetach startujemy na podstawie „kart startowych”.

Karty startowe sztafet należy dostarczyć do biura informatyka na godzinę przed zawodami (Załącznik nr 2).

Zakaz stosowania pianek termoizolacyjnych.

W stylu klasycznym zakaz zanurzania głowy powyżej nosa. Zanurzenie głowy karane doliczeniem 3 sekund.

Starty odbywają się „z wody”.

Falstart karany doliczeniem 3 sekund.

Organizator ma prawo do zmiany kolejności konkurencji.

Termin zgłoszeń do 30-11-2015r.

Zgłaszamy się na podstawie formularza (Załącznik nr 1).

Zgłoszenia przesyłamy na adres: [lech-mors@twardziellechmors.pl](mailto:lech-mors@twardziellechmors.pl)

## OPLATY:

Startowa za pierwszą konkurencję: 15 EURO/60 PLN na osobę.  
Startowa za każdą kolejną konkurencję: 8 EURO/30 PLN na osobę.  
Sztafeta: 20 EURO/80PLN na drużynę.  
Impreza integracyjna dla chętnych: 20 EURO/80PLN

Impreza integracyjna odbędzie się w Restauracji DEL-MAR w Gdyni – Bulwar Nadmorski, tuż przy plaży w Gdyni. Serdecznie zapraszamy.

### Wpłaty dokonujemy na konto:

Polska Fundacja Morsów Lech-Mors

ul. Koziorożca 20

80-299 Gdańsk

Bank Millenium o/Gdańsk **PL 69 1160 2202 0000 0002 8263 3603**

SWIFT : BIG BPL PWXXX

WAŻNE: Przy wpłatach w tytule przelewu proszę podawać imię i nazwisko zawodnika\zawodników, klub, miasto i informację o wpłacie na Imprezę integracyjną.

## NAGRODY:

Dyplomy i medale za zajęcie I-III miejsca.

Puchary w sztafetach za zajęcie I-III miejsca.

Dla najstarszych zawodników –K/M upominek

Dla zwycięzców sztafety - Puchar Prezydenta Miasta Gdyni.

### Polecamy zakwaterowanie:

„Hotel Blick” Gdynia, ul. Jana z Kolna 6

Pokój 2 osobowy 270.-PLN

Kontakt: +48 58 7830 3000

e-mail :recepca@hotelblick.pl

„Hotel Neptun” Gdynia, ul. Jana z Kolna 8

Kontakt: 0048 58 712 13 12

Zniżka na Hasło : LECH-MORS.....

## PROGRAM ZAWODÓW

Piątek, 4 grudnia:

Przyjazd zawodników.

Rejestracja zawodników w godz. 16:00-20:00 w Budynku Akademii Morskiej Wydział Nawigacji, Gdynia Skwer Kościuszki ul. Jana Pawła II nr 3.

Sobota, 5 grudnia:

Ostateczna rejestracja zawodników w godz. 8:00-9:00 w Budynku Akademii Morskiej Wydział Nawigacji.

Godz. 9:00 - Uroczyste otwarcie zawodów w Sali Audytorium Maximum Auli Akademii Morskiej

Czas startów w Porcie Jachtowym Gdynia:

Przy budynku Akademii Morskiej:

10.00	Nr 1	Kobiety	50 m	styl dowolnym
11.20	Nr 2	Mężczyźni	50 m	styl dowolnym
11.40	Nr 3	Kobiety	50 m	styl klasycznym
12.00	Nr 4	Mężczyźni	50 m	styl klasycznym

Przerwa 15 min

12.40	Nr 5	Kobiety	25 m	styl klasycznym
13.00	Nr 6	Mężczyźni	25 m	styl klasyczny m
13.20	Nr 7	Kobiety	25 m	styl dowolnym
13.40	Nr 8	Mężczyźni	25 m	styl dowolnym
14.00	Nr 9	200/400 m stylem dowolnym		
14.30	Sztafeta o Puchar Prezydenta m. Gdyni Wojciecha Szczurka			

Godz. 15:15 - Dekoracja i wręczenie dyplomów, pucharów w Sali Audytorium Maximum Akademii Morskiej w Gdyni przy ul. Jana Pawła II nr 3.

Zakończenie zawodów.

Godz. 19:00 Impreza integracyjna w Restauracji DEL MAR przy plaży w Gdyni Bulwar Nadmorski.

Niedziela 6 grudnia:

Godz. 9:00 - Zwiedzanie miasta.

Zbiórka zawodników przy autokarze na ul. Jana Pawła II nr 3 w Gdyni w pobliżu budynku Akademii Morskiej Wydział Nawigacji, Skwer Kościuszki.

Godz. 14:00 - Zakończenie imprezy i pożegnanie zawodników.



**KARTA STARTOWA SZTAFETY „Gdynia 2015 ” MORSY**  
**4X25m st. Klasycznym mix /2 kobiety,2 mężczyzn/151+/**

KLUB				
	NAZWISKO I IMIĘ	ROK URODZ.	LAT	SERIA
1				T0R
2				
3				CZAS
4				
RAZEM			LAT	

**KARTA STARTOWA SZTAFETY „Gdynia 2015 ” MORSY**  
**4X25m st. Klasycznym mix /2 kobiety,2 mężczyzn/151+/**

KLUB				
	NAZWISKO I IMIĘ	ROK URODZ.	LAT	SERIA
1				T0R
2				
3				CZAS
4				
RAZEM			LAT	

**KARTA STARTOWA SZTAFETY „Gdynia 2015 ” MORSY**  
**4X25m st. Klasycznym mix /2 kobiety,2 mężczyzn/151+/**

KLUB				
	NAZWISKO I IMIĘ	ROK URODZ.	LAT	SERIA
1				T0R
2				
3				CZAS
4				
RAZEM			LAT	

## **OŚWIADCZENIE O STANIE ZDROWIA**

Ja niżej podpisany.....  
reprezentujący klub .....  
oświadczam, że jestem zdrowy i biorę pełną odpowiedzialność za  
swoją stan zdrowia startując w *Trzecich Otwartych Międzynarodowych  
Mistrzostwach Polski Morsów w Gdyni*, 5 i 6 grudnia 2015r i nie  
będę w razie wypadku rościł od organizatorów odszkodowań.  
Rodzaj i nr dokumentu tożsamości.....

Gdynia ,dnia .....

Podpis: