



IX Olimpiada GRUPY TZMO 2019

Regulaminy i systemy rozgrywek poszczególnych turniejów

Badminton

Turniej męski – 8 osób

Faza grupowa – 2 grupy: A, B po 4 osoby

- W każdej z grup mecze rozgrywane są w systemie „każdy z każdym”
- Mecz w fazie grupowej toczy się do 2 wygranych setów do 15 pkt (bez przewag).
- Punktacja – 3 pkt. za zwycięstwo, 1 pkt. za przegraną.
- O kolejności w grupie decyduje – ilość zdobytych punktów, w przypadku równej ilości punktów decydują: wynik bezpośredniego meczu, różnica pomiędzy małymi punktami zdobytymi i straconymi, większa ilość małych punktów zdobytych, losowanie

Play-off

W fazie play-off mecz toczy się do 2 wygranych setów do 15 pkt (bez przewag)

Półfinały

1. 1A – 2B
2. 1B – 2A

Zwycięzcy półfinałów grają w Wielkim Finale, przegrani grają o 3 miejsce, zawodnicy zajmujący w grupach miejsca trzecie grają o piąte miejsce w turnieju.

Turniej kobiecy – 6 osób

- Mecze rozgrywane są w systemie „każda z każdą”
- Mecz w fazie grupowej to 2 sety do 15 pkt (bez przewag). Mecz może skończyć się zwycięstwem 2:0 lub remisem 1:1
- Punktacja – 3 pkt. za zwycięstwo, 2 pkt. za remis, 1 pkt. za przegraną.
- O kolejności w turnieju decyduje – ilość zdobytych punktów, w przypadku równej ilości punktów decydują: wynik bezpośredniego meczu, różnica pomiędzy małymi punktami zdobytymi i straconymi, większa ilość małych punktów zdobytych, losowanie

Wymiary boiska: 4,5x12m.

1. Mecze rozgrywane będą lotkami dostarczonymi przez organizatora. Dla chętnych organizator zapewnia rakiety do gry. Istnieje również możliwość gry własną rakieta.

2. Pole serwisowe.

2.1. zawodnicy serwują i odbierają serwis na swoich prawych polach serwisowych jeżeli serwujący posiada parzystą ilość punktów (0,2,4,6,8...)

b. zawodnicy serwują i odbierają serwis na swoich lewych polach serwisowych jeżeli serwujący posiada nieparzystą ilość punktów; (1,3,5,7,9...)

3. Serwis.

Serwujący i odbierający powinni stać na przekątnie przeciwległych polach serwisowych, bez dotyknięcia linii ograniczających te pola.

- dopuszczalne jest (zarówno przy serwisie jak również w grze) dotknięcie siatki przez lotkę
- dopuszczalne są obydwie metody serwisu:

a) serwis krótki - serwujący serwuje trzymając rakieta przy ciele na wysokości torsu.

b) serwis długi - serwujący serwuje rakieta odprowadzoną za siebie.

4. Ze względów bezpieczeństwa zawodnicy są zobowiązani do gry w obuwiu dostosowanym do nawierzchni hali – nie ślizgającym się.

Biegi

Kategoria kobiety – 9 osób

Kategoria mężczyźni – 15 osób

1. Zawody zostaną rozegrane na dystansie 5000 metrów

2. Bieg rozpoczyna się ze startu wspólnego po usłyszeniu gwizdka.
3. Bieg odbywa się na trasie wyznaczonej przez organizatorów
4. O kolejności decydują najlepsze czasy (oddzielna klasyfikacja dla kobiet i mężczyzn)
5. W przypadku, gdy zawodnik wystartuje przed usłyszeniem gwizdka – bieg zostanie powtórzony.
6. Sędzia może zdyskwalifikować zawodnika:
 - za utrudnianie biegu innym zawodnikom
 - za bieg na skróty, po niewyznaczonej trasie
 - gdy 3 razy spowoduje falstart.

Dart - drużynowy

Turniej główny do fazy półfinałowej zostanie rozegrany w odmianie „301 open out” na maszynach elektronicznych. Mecze półfinałowe i finałowe turnieju zostaną zaś rozegrane w odmianie „301 master out”.

Każda drużyna składa się z trzech zawodników, gdzie przynajmniej jeden musi być przeciwnej płci.

Każdy z uczestników będzie miał do swojej dyspozycji lotki dostarczone przez organizatora. Istnieje również możliwość gry własnymi lotkami.

Faza grupowa – 14 drużyn – grupy: A – 4 drużyny, grupy B,C po 5 drużyny

Spotkania w grupach odbywają się systemem „każdy z każdym”

- Punktacja – 3 pkt. za zwycięstwo, 1 pkt. za przegraną
- Do fazy play-off awansują dwie najlepsze drużyny z każdej grupy
- Do fazy mini play-off awansują trzecie drużyny z każdej grupy

Mini play-off

Z każdej drużyny wytypowany zostaje 1 zawodnik. Zawodnicy oddają po trzy rzuty do tarczy. Do fazy play-off awansują dwie drużyny (PO1, PO2), które osiągną najwyższe wyniki. W przypadku równej ilości punktów i braku możliwości ustalenia kolejności na miejscach PO1 i PO2 - ci sami wytypowani zawodnicy oddają po dodatkowym rzucie. Rundy rzutów dodatkowych odbywają się do momentu ustalenia kolejności na miejscach PO1 i PO2. Rzuty w rundzie mini play-off odbywają się zgodnie z kolejnością alfabetyczną grup eliminacyjnych (3A, 3B, 3C)

Play-off

Ćwierćfinały

Q1: 1A-PO2

Q2: 2A-PO1

Q3: 1C-2B

Q4: 2C-1B

Półfinały

H1: zwycięzca Q1 – zwycięzca Q4

H2: zwycięzca Q2 – zwycięzca Q3

Finał:

zwycięzca H1 – zwycięzca H2

Mecz o 3 miejsce:

przegraną H1 – przegrany H2

Mecz o 5 miejsce:

Przegraną Q1,Q2,Q3,Q4 – z drużyn zostaje wytypowany jeden zawodnik. Zawodnicy (według kolejności Q1, Q2,Q3,Q4) oddają po trzy rzuty do tarczy. Kolejność na miejscach 5-8 ustalana według wyniku rzutów. W przypadku równej ilości punktów i braku możliwości ustalenia kolejności na miejscach 5-8 - ci sami wytypowani zawodnicy oddają po dodatkowym rzucie. Rundy rzutów dodatkowych odbywają się do momentu ustalenia kolejności.

1. Zasady dotyczące przeprowadzenia gry i rozstrzygnięcia meczu:

- 1.1 Mecz – to trzy gry. Jedna gra toczy się między parą zawodników z dwóch przeciwnych drużyn.

- 1.2 Jedna osoba z drużyny rzucając jeden raz do tarczy gra o to kto jest gospodarzem danego meczu (czyli rozpoczynającym mecz w każdej parze) – gospodarzem zostaje ten kto rzuci bliżej środka.
- 1.3 Kapitanowie drużyn biorących udział w danym meczu - wypisują kolejno na kartce swoich 3 zawodników i kartkę oddają prowadzącemu – w ten sposób tworzone są pary zawodników z dwóch przeciwnych drużyn grające przeciwko sobie w danym meczu.
- 1.4 Zawody toczą się równolegle na trzech tarczach.
- 1.5 Zwycięża drużyna, która zwycięży w grach 2:1 lub 3:0.
 - 1.1. Gra jednej pary zawodników w fazie grupowej to jeden leg (1 leg = 1 gra). Grę (lega) rozpoczyna zawodnik, który rzuci lotkę bliżej środka.
 - 1.2. Gra jednej pary zawodników w fazie play-off toczy się do dwóch wygranych legów (1 leg = gra)
 - 1.3. Każdy gracz ma do dyspozycji trzy rzuty na rundę. Rzuty należy oddawać z poza linii oddalonej od tablicy o 2,37m.
 - 1.4. Grę (lega) rozpoczyna się z wynikiem 301.
 - 1.5. Lega wygrywa zawodnik, który jako pierwszy osiągnie wynik dokładnie "0" poprzez rzucanie 3 lotkami i odejmowanie osiągniętej sumy od aktualnego wyniku. Jeżeli zawodnik trafi w pole, które da wynik ujemny, kończy się jego kolejka i przywracany jest wynik do stanu sprzed tej kolejki. W wersji „double out”, która będzie obowiązywała od fazy półfinałowej, ostatni rzut musi trafić bezpośrednio w podwójne pole („double”) lub środkową część (bull’s eye) i musi jednocześnie zredukować wynik gracza do zera.
 - 1.6. W sytuacji, gdy w trakcie 15 rund żadnemu z zawodników nie uda się osiągnąć 0 i obaj zawodnicy mają mniej niż 50pkt, decyduje rzut do środka tarczy. W innym przypadku, lega wygrywa osoba mająca mniej punktów.
2. Zasady zdobywania punktów.
 - 2.1. Każdy rzut jest punktowany zgodnie z numeracją pola w jakie trafi lotka. Od tej zasady są następujące wyjątki:
 - 2.1.1. trafienie w wąską zewnętrzną część pola(double ring), jest punktowane zgodnie z numeracją pola pomnożoną przez 2,
 - 2.1.2. trafienie w wąską, wewnętrzną część pola (triple ring), znajdującą się w połowie odległości między zewnętrznym drutem i środkowym kołem jest punktowana zgodnie z numeracją pola pomnożoną przez 3.
 - 2.2. Środek tablicy jest podzielony na:
 - 2.2.1. zewnętrzny pierścień (tzw. „bull”) którego trafienie daje 25 punktów,
 - 2.2.2. środkowe, ściśle centralne koło (nazywane "bull’s eye), którego trafienie daje 50 punktów.
 - 2.3. Trafienie poza zewnętrznym drutem daje 0 punktów.

Koszykówka uliczna (streetball)

Turniej męski – 3 drużyny

- Rozgrywki turniejowe odbywają się w jednej grupie systemem „każdy z każdym”
- Punktacja – za zwycięstwo 2 punkty, za porażkę po dogrywce 1 punkt, za porażkę bez dogrywki 0 punktów
- kolejności w tabeli decyduje – ilość zdobytych punktów, w przypadku równej ilości punktów decydują: wynik bezpośredniego meczu, różnica pomiędzy małymi punktami zdobytymi i straconymi, większa ilość małych punktów zdobytych, losowanie.

Wymiary boiska: 10m x 15m.

Boisko typu Orlik.

1. Zasady dotyczące zespołów:

1.1. Drużyna składa się z 3 zawodników plus 1 rezerwowy.

1.2. Mecz musi rozpocząć 3 zawodników, ale skończyć może 2.

2. Zasady dotyczące przeprowadzenia gry:

2.1. Podrzucanie monety określa, która drużyna rozpocznie grę.

2.2. Piłka musi być wycofana za linię 6,25m po każdej zmianie posiadania wynikającej z gry np. po przechwyceniu piłki lub zbiórce w obronie. Zaniechanie tego oznacza automatycznie stratę piłki.

2.3. Po faulu oraz błędach takich jak kroki, aut oraz po wszystkich innych wykroczeniach

powodujących zmianę posiadania – piłka wprowadzana jest do gry zza linii końcowej.

2.4. Nie ma rzutów sędziowskich. W sytuacji, gdy dojdzie do wspólnego trzymania, piłkę przyznaje się drużynie w obronie.

2.5 Zmiany zawodników są lotne i możliwe tylko wtedy, kiedy piłka nie jest w grze. Każdej drużynie przysługuje nieograniczona liczba zmian.

2.6 Za każdy 5 i następny faul drużyny - zawodnik faulowany oddaje jeden rzut osobisty punktowany za 1.

2.7 Za faul niesportowy zawodnika lub faul techniczny karą jest jeden rzut osobisty i posiadanie piłki dla drużyny przeciwnej.

2.8. Sędzia ma możliwość nakazania akcji rzutowej przy grze pasywnej.

3. Zasady dotyczące zdobywania punktów i rozstrzygnięcia meczu.

3.1. Gra toczy się do zdobycia 15 punktów lub trwa 10 minut. Podczas wykonywania rzutów osobistych czas gry zostaje zatrzymany. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany czasu gry w zależności od liczby zgłoszonych drużyn.

3.2. Gdy gra skończy się po 10 minutach, wygrywa zespół, który ma więcej punktów.

3.3 W przypadku remisu – obowiązuje zasada „złotego kosza” – kto rzuci wygrywa przy max. doliczonym czasie 3 minut. W przypadku nierozstrzygnięcia wyniku następuje seria rzutów wolnych po jednym do wyłonienia zwycięzcy.

3.4. Wszystkie rzuty z wewnątrz półkola ograniczonego linią 6,25m liczą się jako 1 punkt. Rzuty zza linii 6,25m liczą się jako 2 punkty.

Konkurs rzutów za 2 i 3 punkty

Turniej męski – 24 osoby

Każdy zawodnik wykonuje 14 rzutów w limicie czasu 1 minuty i 30 sekund, w tym:

5 rzutów osobistych - każdy celny rzut oceniany za 2 punkty

9 rzutów z za linii 6,75 m - 3 rzuty z lewej strony, 3 z prawej strony – (pozycja równoległa do linii końcowej), 3 rzuty ze środka (pozycja prostopadła do kosza) – każdy celny rzut oceniany za 3 punkty w określonym czasie.

O zwycięstwie decyduje suma zdobytych punktów, w przypadku równej liczby punktów o miejscu decydują: czas wykonania zadania, liczba trafień za 3 punkty

Turniej kobiet – 9 osoby

Każda zawodniczka wykonuje 11 rzutów w limicie czasu 1 minuty i 30 sekund, w tym:

5 rzutów osobistych - każdy celny rzut oceniany za 2 punkty

6 rzutów z za linii 6,75 m – z dwóch wybranych przez siebie pozycji – każdy celny rzut oceniany za 3 punkty w określonym czasie.

O zwycięstwie decyduje suma zdobytych punktów, w przypadku równej liczby punktów o miejscu decyduje czas wykonania zadania, liczba trafień za 3 punkty

Piłka nożna

6 drużyn

Mecze rozgrywane są systemem „każdy z każdym”

Punktacja: 3 punkty za zwycięstwo, 1 punkt za remis, 0 punktów za porażkę.

O kolejności decyduje – ilość zdobytych punktów, w przypadku równej ilości punktów decydują: wynik bezpośredniego meczu, różnica pomiędzy bramkami strzelonymi i straconymi, większa ilość bramek strzelonych, rzuty karne.

Wymiary boiska: 30m x 62m.

Wielkość bramek: 5m x 2m.

Boisko typu Orlik.

1. Zasady dotyczące zespołów:

1.1. Drużyna składa się z maksymalnie 10 zawodników (minimum 6)

1.2. Na boisku w meczu występuje 6 zawodników, w tym bramkarz.

1.3. Obowiązuje obuwie dopuszczone do gry na sztucznej nawierzchni - bez kolców i wkrętów.

1.4 W przypadku używania przez zawodników nieodpowiedniego obuwia organizator zastrzega sobie prawo do dyskwalifikacji poszczególnych zawodników.

2. Zasady dotyczące przeprowadzenia gry:

2.1. Przed rozpoczęciem każdego meczu sędzia dokonuje losowania poprzez rzucenie monetą.

Zespół, który wygrywa losowanie ma prawo wyboru połowy boiska lub rozpoczęcia gry

2.2. Czas gry wynosi 1x15 minut, (bez zmiany strony, o wyborze strony decyduje losowanie)

2.3. Obowiązuje gra „bez spalonego”.

2.4. Rzut karny wykonywany jest z odległości 8 metrów od bramki.

2.5. Zmiany zawodników odbywają się w miejscach wyznaczonych i są dowolne (w locie) wg systemu hokejowego. Podczas zmiany zawodnik może wejść na boisko dopiero wtedy kiedy jego partner z zespołu opuści plac gry. Zmiany muszą odbywać się przy linii środkowej boiska, nie dalej niż 3 metry od niej.

Bramkarz może zmienić się z każdym zawodnikiem, jednak tylko i wyłącznie podczas przerwy w grze i zawsze za zgodą sędziego.

2.6. Po wybiciu piłki na aut - aut boczny wykonywany jest nogą z miejsca, gdzie piłka opuściła pole gry.

2.7. Kary indywidualne:

- kara upomnienia,
- żółta kartka – zawodnik opuszcza boisko na 2 min,
- druga żółta kartka – zawodnik opuszcza boisko na 5 min,
- czerwona kartka – wykluczenie oraz odsunięcie od następnego meczu,
- w przypadku niesportowego zachowania – dyskwalifikacja.

Piłkarzyki stołowe

Faza grupowa – 10 drużyn - 2 grupy: A,B – po 5 drużyn

- Spotkania eliminacyjne odbywają się systemem „każdy z każdym”
- Mecz w fazie grupowej toczą się do dwóch wygranych gier. Grę wygrywa drużyna, która jako pierwsza zdobędzie 6 bramek.
- Mecz może skończyć się zwycięstwem 2:0 lub 2:1
- Punktacja – 3 pkt za zwycięstwo 2:0, 2 pkt za zwycięstwo 2:1, 1 pkt za przegraną 1:2 i 0 pkt za przegraną 0:2.
- O kolejności w grupie decyduje – ilość zdobytych punktów, w przypadku równej ilości punktów decydują: wynik bezpośredniego meczu, różnica pomiędzy setami zdobytymi i straconymi, większa ilość setów zdobytych, losowanie
- Do fazy play-off awansują dwie najlepsze drużyny z każdej grupy.

Play-off

- W półfinałach mecz toczy się do 2 wygranych gier. Gra toczy się do czasu gdy jedna z drużyn jako pierwsza zdobędzie 6 bramek.

Półfinały

1. A1-B2
2. A2-B1

Zwycięzcy półfinałów grają w Wielkim Finale, przegrani grają o 3 miejsce, drużyny zajmujące w grupach miejsca trzecie grają o piąte miejsce w turnieju.

Finały:

Mecze toczą się do 3 wygranych gier. Gra toczy się do czasu gdy jedna z drużyn jako pierwsza zdobędzie 8 bramek.

1. Drużyna składa się z dwóch zawodników.
2. Zmiany pomiędzy zawodnikami (napastnik, obrońca) są dozwolone:
 - 2.1. pomiędzy meczami
 - 2.2. po każdym голу
 - 2.3. w czasie przerwy
3. Drużyna zdobywa gola jeżeli piłka wpadnie do bramki. Jeżeli piłka wpadnie i wypadnie z bramki gol nie zostaje zdobyty.
4. Obrót piłkarzyka o więcej niż 360 stopni jest zabroniony. Gol zdobyty w ten sposób nie jest uznawany.
5. Podczas meczu w kwestiach spornych, zawodnicy kierują się zasadą Fair Play, sami wybierają najlepsze rozwiązanie.

Plank / Deska

Kategoria kobiety – 16 osób

Kategoria mężczyźni – 6 osób

O kolejności decydują najdłuższy czas (oddzielna klasyfikacja dla kobiet i mężczyzn)

Zasady:

1. Postawa w podporze na przedramionach tzn. (łokcie ustawione w jednej linii z barkami)
2. Nogi połączone lub w lekkim rozkroku - max szerokość bioder ,
3. Sylwetka wyprostowana (barki, biodra i kostki stóp stanowią linię prostą).
4. Po komendzie start niedozwolone jest jakiegokolwiek zmiana sylwetki poprzez: - poszerzania lub zwężania rozstawu nóg i ramion; - obniżania i podwyższania bioder; - odrywania stóp i ramion; - opierania kolan o podłoże; - opierania głowy na przedramionach lub dłoniach.
5. Dopuszczalny jest ruch wyłącznie głową

Rzut piłką lekarską

Turniej kobiety – 16 osób

Turniej męski – 14 osób

1. Konkurencja zostanie rozegrana osobno dla kobiet (waga piłki – 3 kg.) i mężczyzn (waga piłki – 5 kg.)
2. Rzut należy wykonać oburącz przez głowę stojąc tyłem do linii rzutu. Przekroczenie linii i dotknięcie ziemi jakąkolwiek częścią ciała, zanim piłka dotknie ziemi, oznacza rzut spalony.
3. Każdy zawodnik ma 3 próby. Do punktacji liczony jest najlepszy rezultat.
4. W przypadku jednakowej odległości uzyskanej przez kilku zawodników, o kolejności decyduje drugi najlepszy rezultat.
5. Wszelkie wątpliwości, spory lub nieścisłości rozstrzygane są przez sędziego.

Po 6 osób z najlepszym wynikiem (rzut o największej odległości) zakwalifikuje się do serii finałowej, w której każdy z zawodników będzie miał 3 nowe próby. Rzuty będą wykonywane po kolei (po jednym rzucie) - wg zajętego przez zawodnika miejsca w serii kwalifikacyjnej. Ostatnia – trzecia – kolejka rzutów będzie wykonywana w kolejności według wyników w dwóch pierwszych kolejkach serii finałowej.

Siatkówka plażowa

Turniej drużyn kobiecych – 4 drużyny

Faza grupowa

Rozgrywki w systemie „każdy z każdym”.

- Mecz w fazie grupowej to 2 sety do 11 pkt (bez przewag). Mecz może skończyć się zwycięstwem 2:0 lub remisem 1:1
- Punktacja – 3 pkt. za zwycięstwo, 2 pkt. za remis, 1 pkt. za przegraną.
- O kolejności w grupie decyduje – ilość zdobytych punktów, w przypadku równej ilości punktów decydują: wynik bezpośredniego meczu, różnica pomiędzy małymi punktami zdobytymi i straconymi, większa ilość małych punktów zdobytych, losowanie.

Turniej drużyn męskich – 7 drużyn, dwie grupy A – 4 drużyny i B – 3 drużyny

Faza grupowa

- Mecz w fazie grupowej to 2 sety do 11 pkt (bez przewag). Mecz może skończyć się zwycięstwem 2:0 lub remisem 1:1
- Punktacja – 3 pkt. za zwycięstwo, 2 pkt. za remis, 1 pkt. za przegraną.
- O kolejności w grupie decyduje – ilość zdobytych punktów, w przypadku równej ilości punktów decydują: wynik bezpośredniego meczu, różnica pomiędzy małymi punktami zdobytymi i straconymi, większa ilość małych punktów zdobytych, losowanie.

Play-off

Mecze toczą się do 2 wygranych setów. Dwa pierwsze sety do 11 pkt (bez przewag), w przypadku remisu 1:1 trzeci set zostanie rozegrany do 11 pkt (bez przewag) ze zmianą stron po 6 pkt.

Półfinały: P1: 1A – 2B
P2: 2A – 1B
Mecz o 5 miejsce: 3A – 3B
Mecz o 3 miejsce: przegrany P1 – przegrany P2
Finał: zwycięzca P1 – zwycięzca P2

Wymiary boiska:

- prostokąt 16 x 8 m (połowa boiska ma wymiary 8 x 8 m),
- dwie linie boczne i dwie linie końcowe oznaczają boisko i są umieszczone wewnątrz boiska,
- nie ma linii środkowej.

Wysokość siatki - 224 cm.

1. Zasady dotyczące zespołów i gry:
 - 1.1. Drużyna składa się z 3 zawodników plus 1 rezerwowy.
 - 1.2. Mecz musi rozpocząć 3 zawodników, ale skończyć może 2.
 - 1.3. Podrzucanie monety określa, która drużyna rozpocznie grę.
2. Kary indywidualne:
 - 2.1. kara upomnienia,
 - 2.2. żółta kartka – punkt dla drużyny przeciwnej,
 - 2.3. czerwona kartka – wykluczenie zawodnika z gry,
 - 2.4. w przypadku niesportowego zachowania – dyskwalifikacja.

Strzelanie z pistoletu pneumatycznego 4,5 mm

Turniej kobiet – 33 osób

Turniej mężczyzn – 64 osoby

1. Strzelanie odbędzie się z broni dostarczonej przez organizatora.
2. Odległość tarczy wynosi 10 m.
3. Każdy z zawodników ma do dyspozycji 5 strzałów próbnych oraz 10 strzałów ocenianych.
Komisja sędziowska ustala wyniki z oddanych 10 strzałów ocenianych. Trafienie w linię uznaje się jako trafienie w pole o wyższej numeracji. W przypadku równej ilości zdobytych punktów, o zajętych miejscach decyduje ilość przestrzelin o większej wartości punktowej.
Zasady obliczania punktów oraz klasyfikacji zgodnie z przepisami PZSS.
4. Łączny czas konkurencji wynosi 10 minut.
5. Przydział stanowisk strzeleckich następuje poprzez losowanie.

Szachy

5 osób.

Turniej szachowy odbędzie się systemem szwajcarskim.

Tempo gry: 10 minut dla zawodnika na partię

Obowiązują przepisy Kodeksu Szachowego dla szachów szybkich

Zawody będą sędziowane przez sędziego z licencją PZSzach.

Kojarzenie komputerowe.

O kolejności miejsc w turnieju decydują w kolejności:

- ilość punktów
- punktacja Buchholza (full Buchholz) * (zawodnikowi przypisuje się liczbę punktów, będącą sumą punktów zdobytych przez wszystkich jego przeciwników)
- punktacja średnia Buchholza (median Buchholz) ** (zawodnikowi przypisuje się liczbę punktów, będącą sumą punktów zdobytych przez wszystkich jego przeciwników, ale z odjęciem rezultatu najwyższego i najniższego)
- progresja (progres) *** (zawodnikowi przypisuje się liczbę punktów, będącą sumą stanu jego punktów po każdej rundzie)
- wynik bezpośrednich partii
- ilość zwycięstw

- losowanie

Tenis stołowy

Turniej kobiet - gra pojedyncza – 1 grupa – 6 osób

System rozgrywek w grupie - „każdy z każdym”.

- Mecz toczy się do 2 wygranych setów do 11.
- Punktacja – 2 pkt. za zwycięstwo, 1 pkt. za przegraną.
- O kolejności decyduje – ilość zdobytych punktów, w przypadku równej ilości punktów decydują: wynik bezpośredniego meczu, różnica pomiędzy setami zdobytymi i straconymi, większa ilość setów zdobytych, losowanie

Turniej męski - gra pojedyncza – 16 osób

Faza grupowa – grupy A, B, C i D – po 4 osoby - w systemie „każdy z każdym”.

- Mecz toczy się do 2 wygranych setów do 11.
- Punktacja – 2 pkt. za zwycięstwo, 1 pkt. za przegraną.
- kolejności w grupie decyduje – ilość zdobytych punktów, w przypadku równej ilości punktów decydują: wynik bezpośredniego meczu, różnica pomiędzy setami zdobytymi i straconymi, większa ilość setów zdobytych, losowanie

Play-off:

- 2 najlepsze osoby z każdej grupy awansują do ćwierćfinałów.
- W fazie play-off mecz toczy się do 3 wygranych setów do 11.

Ćwierćfinały

Q1: 1A – 2D

Q2: 1B – 2C

Q3: 1C – 2B

Q4: 2A – 1D

Półfinały

H1: zwycięzca Q1 – zwycięzca Q2

H2: zwycięzca Q3 – zwycięzca Q4

o awans do meczu o 5 miejsce:

h1: przegrany Q1 – przegrany Q2

h2: przegrany Q3 – przegrany Q4

Finały:

Finał:

zwycięzca H1 – zwycięzca H2

Mecz o 3 miejsce:

przegrany H1 – przegrany H2

Mecz o 5 miejsce:

zwycięzca h1 – zwycięzca h2

Turniej męski - gra podwójna - 5 drużyn

System rozgrywek w grupie - „każdy z każdym”.

- Mecz toczy się do 2 wygranych setów do 11.
- Punktacja – 2 pkt. za zwycięstwo, 1 pkt. za przegraną.
- O kolejności decyduje – ilość zdobytych punktów, w przypadku równej ilości punktów decydują: wynik bezpośredniego meczu, różnica pomiędzy setami zdobytymi i straconymi, większa ilość setów zdobytych, losowanie

1. Zasady dotyczące przeprowadzenia gry i rozstrzygnięcia meczu:

- 1.1. Rzut monetą decyduje, który z zawodników rozpocznie grę.
- 1.2. Mecz jest rozgrywany systemem do dwóch wygranych setów w fazie grupowej i do 3 w play-off
- 1.3. Sety są rozgrywane do 11 punktów z zachowaniem dwóch punktów przewagi; nie ma punktu granicznego.
- 1.4. Każdy z graczy serwuje po dwa razy na przemian, a od momentu gdy stan gry wyniesie 10:10 po razie, aż do uzyskania przez jednego z zawodników 2-punktowej przewagi.

Tenis ziemny

Turniej mężczyzn – gra pojedyncza – 8 osób w systemie pucharowym

1. Zasady dotyczące przeprowadzenia gry i rozstrzygnięcia meczu.

1.1 Każdy zawodnik musi posiadać swój własny sprzęt sportowy w postaci rakiety do tenisa ziemnego. Organizator zapewnia piłki tenisowe.

1.2 Mecze rozgrywane będą do 2 wygranych setów (przy stanie 6:6 tie-break do 7 punktów z zachowaniem 2 punktowej przewagi).

1.3 Wszystkie sety rozgrywane od stanu 2:2 w gemach.

Turniej kobiet – 4 osoby

Turniej zostanie rozegrany w systemie każdy z każdym.

1.2 Mecze rozgrywane będą do 2 wygranych setów (przy stanie 6:6 tie-break do 7 punktów z zachowaniem 2 punktowej przewagi).

2 Punktacja – 2 pkt. za zwycięstwo, 1 pkt. za przegraną.

- O kolejności decyduje – ilość zdobytych punktów, w przypadku równej ilości punktów decyduje wynik bezpośredniego meczu, różnica pomiędzy setami zdobytymi i straconymi, większa ilość setów zdobytych, losowanie

2.1 Wszystkie sety rozgrywane od stanu 2:2 w gemach.

Turniej – gra podwójna – 5 par

Turniej zostanie rozegrany w systemie każdy z każdym.

2.2 Mecze rozgrywane będą do 2 wygranych setów (przy stanie 6:6 tie-break do 7 punktów z zachowaniem 2 punktowej przewagi).

3 Punktacja – 2 pkt. za zwycięstwo, 1 pkt. za przegraną.

3.1 O kolejności decyduje – ilość zdobytych punktów, w przypadku równej ilości punktów decyduje wynik bezpośredniego meczu,

3.2 Wszystkie sety rozgrywane od stanu 2:2 w gemach.

Trenażer rowerowy

Konkurencja zostanie przeprowadzona na rowerze zamontowanym na trenażerze Elite.

Turniej kobiet - 17

Turniej męski – 14

Konkurencja zostanie przeprowadzona na rowerach zamontowanych na trenażerze Wahoo.

Dystans – 3 km. Limit czasu 15 min.

1. Uczestnicy będą korzystać z rowerów dostarczonego przez Organizatora.

2. Organizator zapewnia start uczestnikom w zwykłym obuwiu startowym lub możliwość zamontowania pedałów - MTB, SPD.

3. Zawodnicy startują w blokach po 4 osoby w danej kategorii – Kobiety, Mężczyźni.

4. Do finału kwalifikowani są zawodnicy z najlepszymi czasami w swoich kategoriach – 4 zawodniczki w turnieju kobiet i 4 zawodników w turnieju męskim (W przypadku uzyskania przez dwóch zawodników tego samego czasu, zostanie przeprowadzona dogrywka na dystansie 1 km)

5. W finale przejazd na trasie 1 km

6. O miejscach 1-4 decydują czasy w biegu finałowym. O miejscach 5-6 czasy z przejazdów z kwalifikacji.

7. Start odbywa się miejsca (0km/h) a zacząć pedałowac można po skończonym odliczaniu które pojawi się przed startem.

Wyciskanie sztangi na leżaco

1. Zawody obejmują konkurencję - wyciskanie sztangi leżąc na ławeczce.

2. Przewiduje się rywalizację w trzech podejściach, w formule Wilks'a do deklarowanego ciężaru.

3. **STRÓJ STARTOWY:** Dozwolony jest dowolny strój startowy, obejmujący koszulkę z krótkim rękawem (aby widoczny był wyprost łokcia), spodnie sportowe lub krótkie spodenki. Konieczne jest obuwie sportowe. Dozwolone jest używanie opasek na nadgarstki, pasów usztywniających kręgosłup (jeśli jest on używany to powinien być noszony na kostiumie sportowym). Dopuszczalne jest używanie rękawiczek podczas wyciskania.

4. **ZASADY WYCISKANIA SZTANGI LEŻĄC:**

- a. Rozstaw rąk nie może przekroczyć 81cm licząc między palcami wskazującymi.
 - b. Zawodnik może samodzielnie zdjąć sztangę ze stojaków lub poprosić o podanie obsługi technicznej.
 - c. Bój rozpoczyna z wyprostowanych ramion w stawach łokciowych na komendę „start” sędziego głównego.
 - d. Po komendzie „start” opuszcza sztangę na klatkę piersiową (obszar wzdłuż mostka), dotyka jej, nie musi zatrzymywać. Po dotknięciu od razu wyciska sztangę w górę do pełnego, lecz nie przesadnego wyprostowania ramion w stawach łokciowych.
 - e. Po wyciśnięciu sztangi blokuje ramiona w stawach łokciowych i po komendzie „stojak”, sędziego głównego, odkłada sztangę na stojaki samodzielnie lub przy pomocy obsługi technicznej.
 - f. W przypadku cofnięcia się sztangi podczas wyciskania, sędzia ma prawo wydać polecenie zabrania sztangi zawodnikowi przez obsługę techniczną.
5. PRZYCZYNY NIE UZNANIA BOJU W WYCISKANIU SZTANGI LEŻĄC:
- a. Nieprzestrzeganie sygnałów Sędziego Głównego do rozpoczęcia lub zakończenia boju.
 - b. Nie dotknięcie sztangą klatki piersiowej.
 - c. Każda zmiana pozycji podczas wykonywania właściwego boju, tj. jakiegokolwiek ruchu podniesienia barków, pośladków od ławeczki lub stóp od podestu/parkietu czy podłogi albo boczne ruchy dłoni na gryfie.
 - d. Dozwolone są drobne ruchy stóp i ich bardzo małe poruszenia. Cała podeszwa musi pozostawać w kontakcie z podłożem.
 - e. Wypchnięcie sztangi klatką piersiową lub zakończenie sztangą w taki sposób, który czyni bój łatwiejszym.
 - f. Wyraźne, przesadnie nierówne prostowanie rąk w trakcie wyciskania.
 - g. Każdy ruch sztangi w dół podczas wykonywania wyciskania.
 - h. Niemożność wyciśnięcia sztangi do pełnego wyprostowania ramion w końcowej fazie wyciskania.
 - i. Każdy kontakt stóp zawodnika z ławeczką lub jej konstrukcją wsporczą (np. uderzenie w stojak podczas wyciskania).
6. Ważenie zawodników będzie miało miejsce przed rozegraniem zwodów. Podczas ważenia zawodnik podaje wartość pierwszego podejścia na zawodach np. 65 kg.
7. Wynik dla każdego zawodnika przeliczany będzie za pomocą kalkulatora Wilks’a <http://www.if.pw.edu.pl/~elvis/przepisy/wilkskalk.html>