

REGULAMIN ZAWODÓW SPORTOWYCH
„ II REGIONALNA SPARTAKIADA UNIwersYTETÓw TRZECIEGO
WIEKU I ORGANIZACJI SENIORALNYCH ”
Pod Honorowym Patronatem Burmistrza Miasta Skoczowa

I. Organizator zawodów

1. Organizatorem zawodów jest Skoczowski Uniwersytet Trzeciego Wieku.
2. Współorganizatorem jest Skoczowski Ośrodek Sportu i Rekreacji.

II. Patronat zawodów

1. Patronatem Zawodów jest Burmistrz Miasta Skoczowa – Rajmund Dedio.

III. Cel i tematyka zawodów

1. Celem zawodów jest potrzeba dbania o własne zdrowie, dobrą kondycję fizyczną i psychiczną, zrozumienia egzystencjalnej potrzeby ruchu, jego znaczenia w podtrzymaniu sprawności fizycznej i psychicznej oraz promowanie aktywnego stylu życia Seniorów.

IV. Miejsce i termin zawodów

1. Zawody odbędą się 14 października 2026 roku (wtorek) o godz. 10:00 w Hali Sportowej Skoczowskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji przy ul. Sportowej 6, 43-430 Skoczów. Rejestracja zawodników rocznie się o godz. 9:15

V. Uczestnicy zawodów

1. Zawody adresowane są do seniorów działających w Powiatowej Federacji Uniwersytetów Trzeciego Wieku i Organizacji Senioralnych.

VI. Konkurencje

1. Zespoły biorące udział w „Olimpiadzie Senioralnej UTW” zobowiązani są do wzięcia udziału w 10 konkurencjach.
2. Konkurencje:

PRZEBIEG ZAWODÓW

1. Sztafeta z obręczą (6 osób) - zawodnik przemieszcza się jak najszybciej slalomem między pachołkami w kierunku pachołka trzymając w dłoni obręcz – zatrzymuje się na wyznaczonej linii i rzuca obręczą tak, aby wpadła ona na stojący pachołek. Po udanej próbie wraca z obręczą ponownie slalomem i przekazuje ją kolejnej osobie. Pierwsze trzy najszybsze zespoły otrzymują punkty – 1 miejsce 3 pkt., 2 miejsce 2 punkty, 3 miejsce 1 punkt.

2. „Kubko-ping-pong” (1 osoba) – zawodnik z wyznaczonego miejsca, w odległości 1m od stołu, trafia piłeczką (12 piłeczek ping-pong) do kubeczka z wodą bezpośrednio lub uderzając najpierw o stół – 12 kubeczków ułożonych w trójkąt podstawą do zawodnika. Każde trefienie piłeczki do kubka to 1 punkt – max 12 pkt.. Pierwsze trzy osoby z najlepszym wynikiem otrzymują punkty – 1 miejsce 3 pkt., 2 miejsce 2 punkty, 3 miejsce 1 punkt.

3. Strzały miotłą do bramki (1 osoba) - każdy zawodnik wykonuje strzał na pustą małą bramkę, piłeczką do unihokeja za pomocą miotły z odległości 15m. Za trafienie do bramki przysługuje 1 pkt. Zawodnik ma 5 prób. – max 5 pkt. Pierwsze trzy osoby z najlepszym wynikiem otrzymują punkty – 1 miejsce 3 pkt., 2 miejsce 2 punkty, 3 miejsce 1 punkt.

4. Rzut beretem (1 osoba) – celem jest rzucenie beretem na jak najdalszą odległość z miejsca, rzucając nim poziomo z wyznaczonego miejsca. Zawodnik ma dwie próby – liczyć się będzie najlepsza. Pierwsze trzy osoby z najlepszym wynikiem (mierzonym w metrach) otrzymują punkty – 1 miejsce 3 pkt., 2 miejsce 2 punkty, 3 miejsce 1 punkt.

5. Segregacja makaronu (1 osoba) – zawodnik siedzi przy stole, przed nim miska w której wymieszane są trzy rodzaje makaronów oraz trzy kubki. Zadaniem jest jak najszybsze rozdzielenie wymieszanego makaronu (3 rodzaje po 10 sztuk) do odpowiednich kubeczków, przy użyciu tylko jednej dłoni (druga spoczywa na kolanie). W przypadku gdy zawodnik zakończy konkurencję, ale pomylił się w segregacji, to za każdy błędny makaron doliczane jest 15 sekund do czasu końcowego. Pierwsze trzy osoby z najlepszym wynikiem otrzymują punkty – 1 miejsce 3 pkt., 2 miejsce 2 punkty, 3 miejsce 1 punkt.

6. Przenoszenie skarbów (2 osoby) – na jednym końcu sali stoi koszyk z małymi piłeczkami sensomotorycznymi (12 sztuk) z wypustkami, na drugim w miejscu startu – pusty koszyk. Zawodnicy startują na zmianę – przemieszczają się do koszyka z piłeczkami i za pomocą pałeczek do sushi przekładają pojedynczo piłeczki z jednego miejsca do drugiego. Pierwsze trzy najszybsze zespoły otrzymują punkty – 1 miejsce 3 pkt., 2 miejsce 2 punkty, 3 miejsce 1 punkt.

7. Zbijanie kręgów (1 osoba) – celem jest zabicie jak największej ilości kręgów w trzech próbach rzucając od dołu po podłożu piłeczką kilogramową w odległości 8m do 10 kręgów. Pierwsze trzy osoby z najlepszym wynikiem otrzymują punkty – 1 miejsce 3 pkt., 2 miejsce 2 punkty, 3 miejsce 1 punkt.

8. Rzut do celu woreczkiem gimnastycznym (1 osoba) - zawodnik z odległości 4m trafia woreczkiem do kwadratowego pola wyznaczonego taśmami na podłodze. Każde pole jest punktowane (linia należy do pola) - trzy o wartości 10-20-30. Zawodnik ma trzy próby, podczas których stara się zdobyć jak najwięcej punktów – max. 60 pkt. Pierwsze trzy osoby z najlepszym wynikiem otrzymują punkty – 1 miejsce 3 pkt., 2 miejsce 2 punkty, 3 miejsce 1 punkt.

9. „Żonglowanie duo” (1 osoba) – wyznaczony zawodnik przez zespół ma za zadanie żonglowanie dwiema piłeczkami przez jak najdłuższy czas w wyznaczonym polu. Sposób żonglowania: podrzucamy jednocześnie do góry obie piłeczki, chwytamy krzyżując ręce. Następnie „rozkrzyżuj” ręce i powtórz. Jeżeli piłeczka spadnie na podłogę zawodnik kończy konkurencję, jeżeli zawodnik złapie piłeczkę inną częścią ciała niż dłoń – kończy konkurencję. Należy wykonać w ciągu jednej minuty jak najwięcej podrzutów i chwytów. Pierwsze trzy osoby z najlepszym wynikiem otrzymują punkty – 1 miejsce 3 pkt., 2 miejsce 2 punkty, 3 miejsce 1 punkt.

10. "Chodzony unihokej" (6 osób – 3 kobiety/3 mężczyzn) – zespół składa się z 5 zawodników w polu i jednego bramkarza (łącznie 6 osób). Gracze mogą poruszać się wyłącznie chodząc. Piłeczka jest prowadzona/podawana/uderzana przy pomocy kija do unihokeja. Celem jest zdobywanie goli w ciągu 3 minutowego meczu. Za zwycięstwo 3 punkty, za remis po 1 pkt. dla każdego zespołu. 3 mecze – wynikające z bieżącej punktacji 1miejsce , 2 miejsce / 3m-4m / 4m-5m.

VII. Zgłaszanie zespołów i opłata wpisowa

1. Instytucja patronująca drużynę może zgłosić maksymalnie 1 zespół, w którym skład wchodzić max. 12 osób w wieku 55+. W dniu zawodów należy dostarczyć listę zawodników (załącznik nr 1).
2. W trakcie zawodów zespoły mogą wspierać kibice.
3. Zgłoszenie zespołów biorących aktywny udział należy przesłać na adres e-mail sutw.zarzad@gmail.com lub telefonicznie SMS pod nr tel. 533 990 869, 666 324 311.
4. Na zgłoszenia czekamy do 07.10.2026 r.
5. Obowiązuje wpisowe w wysokości 20zł/os.

VIII. Rozstrzygnięcie zawodów

1. Wszystkie zespoły biorące udział będą oceniane przez Jury sędziowskie, które zostanie powołane przez Organizatorów wydarzenia.
2. Przed każdą konkurencją sędzia główny przedstawi szczegółowo przebieg rywalizacji oraz zwróci uwagę co będzie uznawane za błędy i dyskwalifikację.
2. Biorąc udział uczestnicy zgadzają się na ustalone reguły zawodów, a w przypadku sporu, niejasności w przebiegu konkurencji, decydujący głos ma sędzia główny, który decyduje

o powtórzeniu konkurencji lub uznaniu wyniku.

2. Sędziowie podczas trwania całych zawodów dokonują oceny biorąc pod uwagę poprawność, punkty, odległość oraz czas wykonania danej konkurencji – wszystkie wyniki cząstkowe zapisują na karcie wyników danej konkurencji, a następnie na ich podstawie przyznają punkty do ogólnej rywalizacji.

3. Protesty odnośnie przebiegu konkurencji, klasyfikacji oraz wyników należy składać wyłącznie w formie pisemnej sędziemu głównemu konkurencji. Protesty dotyczące wyników i klasyfikacji będą przyjmowane przez 15 min. od momentu wywieszenia nieoficjalnych wyników przez sędziego głównego na miejscu każdej konkurencji. Po tym czasie protesty nie będą rozpatrywane.

4. Decyzja Sędziego Głównego jest ostateczna i wiążąca dla wszystkich drużyn.

5. Drużyny zostaną powiadomione o wynikach zawodów sportowych na koniec wydarzenia. Ponadto wyniki zawodów zostaną ogłoszone na stronie internetowej Skoczowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

6. Na drużyny biorące aktywny udział w zawodach przewidziane są nagrody.

IX. Zasady bezpieczeństwa, odpowiedzialność

1. Organizator nie odpowiada za zaginione rzeczy osobiste uczestników w trakcie trwania Zawodów, jak również nie zapewnia ubezpieczenia NNW, które każdy zespół załatwia we własnym zakresie. W trakcie turnieju opiekę medyczną zapewnia ratownik medyczny w postaci udzielenia pierwszej pomocy.

2. Organizator nie bierze odpowiedzialności za stan zdrowia uczestników. Każdy z uczestników oświadcza, że jego stan zdrowia zezwala mu na udział w turnieju oraz uczestniczy w nim na własną odpowiedzialność – w dniu zawodów podpisuje oświadczenie.

3. Uczestnicy zawodów zobowiązani są do podporządkowania się zaleceniom organizatora w zakresie ładu i porządku na obiekcie sportowym, w którym rozgrywane są zawody.

4. Zabrania się uczestnictwa w zawodach po spożyciu alkoholu lub innych środkach odurzających oraz w przypadku złego samopoczucia.

5. Zawodnicy zobowiązani są do udziału w zawodach w strojach sportowych, obuwiu przeznaczonym na salę gimnastyczną (bez czarnej podeszwy) oraz zachowania ogólnie przyjętych zasad fair play, poszanowania rywała oraz punktualności.

X. Postanowienia końcowe

1. Regulamin Zawodów dostępny jest na stronie internetowej <https://www.utw.skoczow.pl/>
2. W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem zastosowanie znajdują odpowiednie przepisy prawa polskiego.
3. Zawody nie są „grą losową” w rozumieniu ustawy z 29 lipca 1992 r. o grach losowych i zakładach wzajemnych (Dz. U. Nr 68, poz. 341, z późn. zm.).
4. Zgłoszenie drużyn do Zawodów jest jednoznaczne z przyjęciem przez Zespoły warunków niniejszego regulaminu.
5. Wszelkie zapytania oraz uwagi o wydarzeniu można uzyskać osobiście w siedzibie SUTW ul. Mickiewicza 9, 43-430 w Skoczowie we wtorki w godz. 10:30-12:30 pod nr tel.: 533 990 869, 666 324 311. lub e-mail: sutw.zarzad@gmail.com.
6. W sprawach spornych lub nie ujętych w regulaminie decydują Organizatorzy.
7. Prawo do interpretacji i zmian w regulaminie należy wyłącznie do Organizatora.