

REGULAMIN

VI GORLICKIEJ SPARTAKIADY DLA SENIORÓW

Gorlice 15.09.2022 r.

1. CEL:

- upowszechnienie różnych form rekreacji i sportu dla grupy wiekowej +60
- promowanie aktywności ruchowej seniorów oraz integracja ich środowiska
- wyłonienie zwycięzców w klasyfikacji indywidualnej

2. ORGANIZATOR:

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gorlicach na zlecenie Urzędu Miejskiego w Gorlicach.

Partnerzy:

- Gorlickie Centrum Kultury,
- Gabinet Dietetyczny BONNE SANTE Gorlice,
- Polskie Stowarzyszenie Diabetyków – Zarząd Powiatowy w Gorlicach,
- Liga Obrony Kraju – Zarząd Powiatowy w Gorlicach.

3. TERMIN I MIEJSCE:

Spartakiada zostanie przeprowadzona w dniu **15.09.2022 r. w godz. 9.00-12.30**
w **Hali Sportowej OSiR Gorlice, ul. Sportowa 9**

4. UCZESTNICY I ZGŁOSZENIA

W spartakiadzie mogą uczestniczyć kobiety i mężczyźni 60 lat i starsi.

Zgłoszenia imienne w dniu zawodów przy poszczególnych stanowiskach.

Nordic Walking do godziny 11:30 w biurze zawodów.

5. PROGRAM IMPREZY:

godz. 9:00 - oficjalne otwarcie.

9:10-9:30 – występ zespołu tańca GCK.

9:30-9:45 – aerobik z gimnastyką dla wszystkich uczestników spartakiady.

10:00-12:30 – **konkurencje indywidualne:**

- | | |
|---------------------------|------------------------------------|
| - rzutki do tarczy | - strzelanie z broni pneumatycznej |
| - ringo | - rzuty piłką do kosza |
| - rzut piłką lekarską | - rzuty piłeczką do celu |
| - rzut woreczkiem do celu | - unihokej - slalom + strzał |

12:15 – Nordic Walking; trasa obok hali lub park miejski.

13:00 – zakończenie imprezy, wręczenie nagród, wspólny posiłek.

10:00-12:45 – na I piętrze (balkon) Hali OSiR:

- porady dietetyczne, analiza wagi ciała prowadzi gabinet BONNE SANTE - pomiary ciśnienia, cukru i cholesterolu realizować będzie Polskie Stowarzyszenie Diabetyków – Zarząd Powiatowy w Gorlicach.

6. NAGRODY:

Za zajęcie miejsca 1-3 w konkurencjach indywidualnych dyplomy, medale i nagrody rzeczowe.

7. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- w obiekcie hali obowiązuje obuwie sportowe,
- w konkurencji Nordic Walking uczestnicy startują z własnymi kijkami,
- dodatkowych informacji udziela Dział Organizacji Imprez OSiR Gorlice tel. 18 352-69-70 lub email: dzialsportu@osir.gorlice.pl
- regulaminy poszczególnych konkurencji indywidualnych zostaną wywieszane na stanowiskach.
- **prosimy o podanie orientacyjnej liczby uczestników w terminie do dnia 12.09.2022 r. do OSiR Gorlice tel. 605 232 730 lub email dzialsportu@osir.gorlice.pl ze względu na ograniczoną liczbę uczestników (maksymalnie 100 uczestników – liczy się kolejność zgłoszeń).**
- dane osobowe uczestników i zwycięzców będą przetwarzane w celach marketingowych. W związku z powyższym każdy uczestnik spartakiady wypełnia oświadczenie RODO. Podanie danych osobowych ma charakter dobrowolny jednak niezbędny do udziału w zawodach. Administratorem danych osobowych jest Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gorlicach.
- **podczas zakończenia imprezy nastąpi wręczenie nagród za Spartakiadę oraz Sportową Ligę Seniorów - sezon 2022**

ORGANIZATOR

DYREKTOR

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gorlicach


Marcin Duszczyk