



REGULAMIN II ZIELONOGÓRSKIEJ SPARTAKIADY SENIORÓW



§ 1. Cel Spartakiady

Projekt ma za zadanie **zaktywizować osoby w wieku 60+** zarówno fizycznie, jak i kulturalnie. Uczestnicy udowodnią, że **wiek to tylko liczba!**

Główne cele obejmują:

- **Integrację seniorów** z terenu Zielonej Góry.
- **Troskę o zdrowie i sprawność fizyczną.**
- **Propagowanie zdrowego stylu życia** poprzez aktywne spędzanie czasu.

§ 2. Organizator

Organizatorem jest **Departament Prezydenta Miasta – Biuro Obsługi Sołectw**, ul. Aleja Niepodległości 10 w Zielonej Górze, pok. 303-304.

§ 3. Termin i miejsce

Spartakiada odbędzie się **29 listopada 2025 roku** w **Centrum Rekreacyjno-Sportowym (Hala CRS)** przy ul. Sulechowskiej 41 w Zielonej Górze.

Program dnia:

- **09:30** - Rejestracja uczestników.
- **10:00** - Uroczyste przywitanie.
- **10:10** - Rozgrzewka z instruktorem.
- **10:30** - Rozpoczęcie I części spartakiady.
- **12:00** - Przerwa kawowa z domowymi ciastami.
- **12:30** - Kontynuacja spartakiady (II część).
- **14:00** - Pokaz umiejętności sportowych dzieci z zielonogórskich klubów sportowych.
- **14:15** - Poczęstunek dla zawodników.
- **15:00** - Uroczyste rozdanie nagród, dekoracja zwycięzców.
- **15:30** - Zakończenie imprezy.

§ 4. Warunki uczestnictwa

A. Wymogi drużynowe

- Konkurs kierowany jest do **sołectw** oraz **instytucji senioralnych** z terenu Zielonej Góry.
- Każdy podmiot, o którym mowa wyżej może zgłosić **tylko jedną drużynę**.
- Organizator dopuszcza możliwość udziału maksymalnie **12 drużyn** (w tym 6 drużyn z terenu sołectw) – organizator zastrzega sobie możliwość zmiany tej proporcji).
- W skład drużyny wchodzi **6 osób**, w tym co najmniej **3 kobiety**. Skład drużyny mogą zasilić maksymalnie **2 osoby rezerwowe**, które rotacyjnie mogą brać udział w konkurencjach.
- **Pierwszeństwo udziału** ma drużyna, która w roku ubiegłym zdobyła I miejsce w turnieju i będzie broniła tytułu Mistrza Zielonogórskiej Spartakiady – **Sołectwo Sucha**.

B. Wymogi indywidualne

- W skład drużyny mogą wchodzić osoby, które **ukończyły 60 rok życia** i są **mieszkańcami Zielonej Góry**.
- Obowiązuje **strój i obuwie sportowe**.
- Wymagane jest złożenie **oświadczenia o stanie zdrowia** umożliwiającym udział w spartakiadzie (w dniu zawodów).

C. Konkurencje i punktacja

- Rywalizacja będzie prowadzona w **bezpiecznych, dostosowanych do możliwości seniorów konkurencjach**.
- Konkurencje wraz zasadami zostaną przedstawione przez Organizatora **w dniu imprezy**.
- W każdej konkurencji sportowej drużyna będzie zdobywać punkty, w zależności od osiągniętego wyniku.
- Drużyna może otrzymać **dodatkowe punkty za ilość kibiców, przebrania, transparenty itp.**
- O zajęтым miejscu decyduje **suma zdobytych punktów** przez drużynę.
- Nad prawidłowym przebiegiem konkurencji czuwać będzie Organizator i sędziowie.

§ 5. Zgłoszenia

Warunkiem przystąpienia drużyny do rozgrywek jest przesłanie karty zgłoszenia na adres e-mail: **bos@um.zielona-gora.pl** lub złożenia w wersji papierowej (wypełnionej drukowanymi literami) w siedzibie organizatora **najpóźniej do dnia 19 listopada br.**

W zgłoszeniu należy podać:

1. **Nazwę podmiotu zgłaszającego drużynę.**
2. **Nazwę drużyny.**
3. **Imię i nazwisko Kapitana drużyny** z podaniem numeru telefonu.
4. **Imienną listę wszystkich pozostałych zawodników** z podaniem **wieku (60+)**.

5. Imienną listę maksymalnie 2 zawodników rezerwowych z podaniem wieku (60+).

W tytule wiadomości e-mail należy podać: „Spartakiada – zgłoszenie”.

UWAGA! Ze względu na ograniczoną liczbę drużyn o zakwalifikowaniu do udziału w spartakiadzie zadecyduje kolejność zgłoszeń – nie dotyczy to obrońcy pucharu.

Wpisowe do zawodów jest **BLACHA CIASTA** od drużyny – w dniu zawodów.

§ 6. Nagrody

- **I, II, i III miejsce** – każdy uczestnik drużyny otrzyma **nagrodę rzeczową**.
- Zwycięzca zdobywa **przechodni puchar i tytuł mistrzów** zielonogórskiej spartakiady.
- **Każdy uczestnik spartakiady otrzyma upominek.**

§ 7. Postanowienia Końcowe

- Wzięcie udziału jest równoznaczne z zapoznaniem się i **zaakceptowaniem regulaminu** oraz przestrzeganiem regulaminu obiektu sportowego.
- Uczestnicy wyrażają **zgoda na przetwarzanie danych osobowych** dla potrzeb wewnętrznych Organizatora związanych z organizacją spartakiady oraz na **wykorzystanie wizerunku** w materiałach informacyjnych i reklamowych.
- Organizator **nie ponosi odpowiedzialności** za wypadki uczestników, kradzież mienia, zagubienia, uszkodzenia sprzętu i odzieży podczas imprezy.

II ZIELONOGÓRSKA SPARTAKIADA SENIORÓW

KARTA ZGŁOSZENIA

1. Nazwa podmiotu zgłaszającego drużynę.....
2. Nazwa drużyny
3. Imię i nazwisko **Kapitana drużyny** z podaniem numeru telefonu
.....
4. Lista uczestników

LP.	IMIĘ I NAZWISKO	WIEK
1. KAPITAN		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7. REZERWA		
8. REZERWA		