

REGULAMIN

V GORLICKIEJ SPARTAKIADY DLA SENIORÓW

Gorlice 25.09.2021 r.

1. CEL:

- upowszechnienie różnych form rekreacji i sportu dla grupy wiekowej +60
- 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 **25.09.2021 r. w godz. 9.00-12.30** w Hali Sportowej OSiR Gorlice, ul. Sportowa 9, Hotel „Margot” Gorlice, ul. Sportowa 11 od godz. 13:00.

4. UCZESTNICZY I ZGŁOSZENIA

W spartakiadzie mogą uczestniczyć Panie i Panowie, którzy mają 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 | - podbijanie piłeczki na czas |
| - 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 obiad.

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 21.09.2021 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.

ORGANIZATOR

DYREKTOR
Ośrodka Sportu i Rekreacji w Gorlicach

Mariusz Duszowicz