

**REGULAMIN
TURNIEJU SIŁACZE PÓŁNOCY
CZŁUCHÓW 2010**

1. ORGANIZATOR:

-Klub Fitness RH PLUS

2. TERMIN I MIEJSCE:

-12.06.2010r {sobota} godz. 14.00 boisko sportowe OSiR Człuchów

3. CEL TURNIEJU:

- Popularyzacja aktywnego wypoczynku
- Popularyzacja sportów siłowych
- Wyłonienie mistrza turnieju

4. WARUNKI UCZESTNICTWA:

- W turnieju mogą brać udział tylko osoby pełnoletnie
- Warunkiem udziału w turnieju jest:

a } dokonanie zgłoszenia telefonicznie(Tel:513-331-441) lub na stronie klubu WWW.rhplus-czluchow.pl lub w dniu turnieju na terenie OSiR w godz. 11.30 - 13.30 u organizatora . Ilość startujących ograniczona. O uczestnictwie decyduje kolejność zgłoszeń.

b } Złożenie własnoręcznie podpisanego oświadczenia o udziale w turnieju na własną odpowiedzialność. Osoby uczestniczące w turnieju ubezpieczają się od następstw nieszczęśliwych wypadków we własnym zakresie.

5. KONKURENCJE:

- spacer farmera { dwie walizki po 110kg , dystans 40 m., po 20 m nawrót , na czas }
- martwy ciąg { platforma z samochodem osobowym na ilość razy limit czasu 90 sekund }
- waga płaczu przodem { obciążenie 20 kg na czas }
- przeciąganie TIRa { dystans 20m na czas }
- gumowy koszmar { opona ważąca 320kg - trzy obroty i powrót, łącznie sześć obrotów }
- uścisk Herkulesa { trzymanie samochodu osobowego na platformie na czas }

Kolejność konkurencji zostanie ustalona w dniu zawodów.

Organizator przygotował konkurencje niespodzianki dla publiczności oraz zabawy dla dzieci.

6. KOLEJNOŚĆ STARTU , PUNKTACJA:

- Spośród zgłoszonych do turnieju przeprowadza się konkurencje eliminujące.
- po dwóch konkurencjach z turnieju wykluczeni zostają zawodnicy z najmniejszą ilością punktów. { 2-4 lub więcej zawodników w zależności od ilości zgłoszeń} Po następnych dwóch konkurencjach wykluczeni zostaną kolejni zawodnicy z małą punktacją { taka sama grupa jak wyżej }
- do finałowych konkurencji przechodzi sześciu najlepszych zawodników, którzy walczyć będą o miano największego siłacza turnieju.
- przed rozpoczęciem każdej konkurencji sędziowie przedstawią uczestnikom szczegółowe zasady wykonania i oceny poszczególnych konkurencji. Konkurencje będą punktowane w zależności od ilości zawodników.
- ilość zdobytych punktów w pierwszej konkurencji decyduje o kolejności startu w następnej konkurencji , ilość zdobytych punktów w drugiej o kolejności w trzeciej itd. { zawodnik z największą ilością punktów startuje jako ostatni, a z najmniejszą ilością punktów jako pierwszy }
- turniej wygrywa zawodnik z największą ilością punktów

7. NAGRODY:

- za zajęcie I, II, III miejsca – puchar , nagrody finansowe, nagrody rzeczowe
- pozostali uczestnicy - dyplom, nagrody pocieszenia.

8 OBOWIĄZKI UCZESTNIKÓW:

- uczestnicy zobowiązani są do podporządkowania się organizatorowi w sprawach organizacyjnych i programowych oraz ścisłego przestrzegania regulaminu Turnieju Siłaczy.
- uczestnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność.
- organizator nie ponosi odpowiedzialności za szkody wyrządzone w trakcie zawodów
- uczestnicy turnieju zobowiązani są do ścisłego przestrzegania :
 - a } bezpieczeństwa własnego i współuczestników
 - b } stosowania się do poleceń sędziego.

9 POSTANOWIENIA KOŃCOWE :

- ostateczna interpretacja regulaminu zawodów należy do organizatora
- organizator zastrzega sobie prawo do zmiany bądź likwidacji konkurencji
- nieprzestrzeganie obowiązków uczestników spowoduje wykluczenie z turnieju
- Turniej odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne

TELEFON KONTAKTOWY 513-331-441 Maciek , WWW.rhplus-czluchow@pl