



IV SUWALSKA OLIMPIADA SENIORÓW

REGULAMIN

I. CEL ZAWODÓW

1. Celem nadrzędnym **Olimpiady** jest wykształcenie w pokoleniu osób **60+** dbania o własne zdrowie, dobrą kondycję fizyczną i psychiczną, zrozumienia egzystencjalnej potrzeby ruchu, jego znaczenia w podtrzymaniu sprawności fizycznej i psychicznej oraz promowania aktywnego stylu życia.
2. Popularyzacja różnych dyscyplin sportowych wśród seniorów.

II. ORGANIZATORZY

1. Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach.
2. Suwalska Rada Seniorów przy Prezydencie Miasta Suwałk.
Patronat honorowy: Prezydent Miasta Suwałk

III. DATA I MIEJSCE

1. **26.02.2023 r.** – Pływanie. Miejsce: Aquapark Suwałki, ul. Jana Pawła II 7, 16 – 400 Suwałki;
2. **04.06.2023 r.** – Wycieczka rowerowa (dystans ok. 30 km)
3. **15.09.2023 r.** – Zawody lekkoatletyczne im. Ryszarda Roguckiego. Miejsce: Stadion Lekkoatletyczny im. Jadwigi Olbryś, ul. Wojska Polskiego 17, 16 – 400 Suwałki; godz. 12:00
4. **16.10.2023 r.** – Bowling. Miejsce: MK Bowling, ul. Gen. J. Dwernickiego 15, 16-400 Suwałki

Uroczyste podsumowanie Suwalskiej Olimpiady Seniorów odbędzie się w dniu 14.11.2023 r. w Suwalskim Ośrodku Kultury podczas Europejskiego Dnia Seniora.

IV. UCZESTNICTWO

1. Prawo startu w Suwalskiej Olimpiadzie Seniorów mają seniorzy – kobiety i mężczyźni, którzy **ukończyli 60 lat (rocznik 1963 i starsi)**.
2. Na **zgłoszenia** w przypadku zawodów lekkoatletycznych czekamy **do 12 września** 2023 roku, natomiast na bowling do 9 października 2023 roku.
3. Wiek uczestników będzie weryfikowany każdego dnia przed rozgrywaną konkurencją na podstawie dokumentu tożsamości.

V. ZAWODY

1. PLYWANIE

- Kobiety – 25 m stylem dowolnym
- Mężczyźni – 25 m stylem dowolnym

2. BOWLING

- 3.1. W turnieju bowlingowym może wziąć udział max. 30 zawodników. O zakwalifikowaniu do turnieju decyduje kolejność zgłoszeń.
- 3.2. Wszyscy uczestnicy turnieju są podzieleni na 5 grup po max. 6 osób na jednym torze.
- 3.3. W poszczególnych grupach turnieju zawodnicy rozegrają po jednej grze.
- 3.4. Gra składa się z 10 rund, w każdej rundzie zawodnik może oddać 2 rzuty.
- 3.5. O kolejności miejsc w grupie w turnieju decyduje łączna liczba punktów zdobytych podczas gry.
- 3.6. Do półfinału awansuje 8 zawodników, którzy uzyskają największą liczbę punktów. W półfinale zawodnicy rozegrają 2 rundy, które wyłonią 4 finalistów.
- 3.7. W finale 4 zawodników rozegra po 1 grze, która wyłoni zwycięzcę turnieju.
- 3.8. Kolejność startujących i poszczególnych grup jest przypadkowa.

3. WYCIECZKA ROWEROWA

Wycieczka rowerowa, dystans ok. 30 km. Każdy uczestnik wycieczki otrzyma 5 pkt.

4. CZWÓRBÓJ LEKKOATLETYCZNY

Program minutowy zostanie podany do wiadomości w dniu zawodów (po napłynięciu wszystkich zgłoszeń).

- Kobiety i Mężczyźni – bieg na 60 m, pchnięcie kulą, rzut piłeczką palantową, skok w dal.

Uwaga: Nie trzeba brać udziału w czterech konkurencjach, można też w jednej.

OPIS KONKURENCJI:

5.1. BIEG SPRINTERSKI: 60 METRÓW

- Konkurencja indywidualna zostanie rozstrzygnięta w kategorii kobiet i mężczyzn

- nagrodzone zostaną pierwsze trzy miejsca.
- Wszystkie biegi zostaną rozegrane w seriach na czas.
- Start z pozycji wysokiej (zawodnik decyduje jaki rodzaj startu wybiera)

5.2. PCHNIĘCIE KULĄ

- Konkurencja indywidualna zostanie rozstrzygnięta w kategorii kobiet (kula - 3kg) i mężczyzn (kula - 5kg) – nagrodzone zostaną pierwsze trzy miejsca.
- Każdy zawodnik ma trzy próby. O końcowej klasyfikacji decyduje najlepszy wynik zawodnika.

5.3. RZUT PIŁECZKĄ PALANTOWĄ

- Konkurencja indywidualna zostanie rozstrzygnięta w kategorii kobiet i mężczyzn – nagrodzone zostaną pierwsze trzy miejsca.
- Każdy zawodnik ma trzy próby. O końcowej klasyfikacji decyduje najlepszy wynik zawodnika.

5.4. SKOK W DAL

- Konkurencja indywidualna zostanie rozstrzygnięta w kategorii kobiet i mężczyzn – nagrodzone zostaną pierwsze trzy miejsca.
- Każdy zawodnik ma trzy próby. O końcowej klasyfikacji decyduje najlepszy wynik zawodnika.

VI. PUNKTACJA

W każdej z dyscyplin punktacją objęte zostaną 4 pierwsze miejsca wg klucza:

I miejsce – 7 pkt., II miejsce - 6 pkt., III miejsce - 4 pkt., IV miejsce - 3pkt.

Każdy zawodnik za udział w danej konkurencji otrzyma - 1 pkt.

Każdy zawodnik za udział w wycieczce otrzyma - 5 pkt

Na klasyfikację końcową złożą się suma punktów uzyskanych przez zawodników w poszczególnych zawodach.

W przypadku równej liczby punktów w klasyfikacji końcowej decyduje ilość zwycięstw indywidualnych i dalej odpowiednio drugich i kolejnych miejsc.

W zawodach obowiązywać będzie przelicznik WMA (World Masters Athletics). Uzyskane wyniki będą obliczane za pomocą kalkulatora Masters.

VII. NAGRODY

- Każdy zawodnik biorący udział w zawodach otrzyma pamiątkowy dyplom,
- Za zajęcie miejsc I - III w każdej konkurencji zawodnicy otrzymują medale,
- Za zajęcie miejsc I – III w klasyfikacji generalnej zawodnicy otrzymują puchary oraz nagrody niespodzianki w postaci bonów upominkowych, biletów, karnetów.

VIII. ZGŁOSZENIA

Termin zgłoszeń upływa trzy dni przed każdymi zawodami. Zgłoszenia imienne (wzór w załączeniu) prosimy przesłać na adres: Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach, ul. Wojska Polskiego 2 lub e-mail: aneta.walendykiewicz@osir.suwalki.pl, tel. 87 566 32 81, 608 440 007, zapisy stacjonarne Dział Sportu, Rekreacji i Marketingu (ul. Wojska Polskiego 2).

Uwaga! Ilość uczestników ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń.

VIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Zgłoszenie się zawodnika do olimpiady jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.
- Uczestnicy olimpiady ubezpieczają się we własnym zakresie i startują na własną odpowiedzialność.
- Uczestnicy poszczególnych konkurencji zapewniają we własnym zakresie niezbędny strój sportowy.
- W zawodach sportowych startować mogą osoby, które nie mają przeciwwskazań do udziału w tego typu zawodach i posiadają aktualne badania lekarskie. W przypadku braku posiadania aktualnych badań, uczestnik będzie zobowiązany do własnoręcznego podpisania oświadczenia o zdolności do udziału w zawodach.
- Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmian w regulaminie oraz programie imprezy w zależności od ostatecznej ilości uczestników oraz warunków pogodowych.
- Zawodnicy, którzy uczestniczyli w Zimowym Marszu Nordic Walking w ramach Stacji Pogodne Suwałki 2023 otrzymają dodatkowe punkty w zależności od zajętych miejsc:
 - I miejsce – 7 punktów;
 - II miejsce – 5 punktów;
 - III miejsce – 4 punkty;
 - udział w wydarzeniu – 1 punkt.

OGÓLNA KLAUZULA INFORMACYJNA OŚRODKA SPORTU I REKREACJI W SUWAŁKACH

Ilekroć zebranie od Państwa danych osobowych Państwa dotyczących będzie niezbędne i/lub konieczne do wypełnienia zadań statutowych Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach, należytego wykonania zawartych umów, organizacji imprez i wykonania innych zadań Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach, zgodnie z art. 13 ust. 1 i ust. 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych, dalej : RODO), Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach informuje, że:

1. administratorem Pana/Pani danych osobowych jest Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach, z siedzibą w Suwałkach przy ul. Wojska Polskiego 2, 16-400 Suwałki, reprezentowany przed Dyrektora Waldemara Borysewicza, adres email: sekretariat@osir.suwalki.pl
2. inspektorem danych osobowych w Ośrodku Sportu i Rekreacji jest Pan Zenon Rytwiński, adres e-mail: iod@osir.suwalki.pl,
3. Pana/Pani dane osobowe będą przez nas przetwarzane w celu:
 - a) wykonania zadań statutowych Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach i innych prawnych obowiązków, w tym umownych Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach (podstawa prawna : art. 6 ust. 1 lit. c RODO),
 - b) realizacji prawnie usprawiedliwionych interesów Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach (podstawa prawna : art. 6 ust. 1 lit. f RODO) takich jak wykonanie zawartych przez nas umów z podmiotami trzecimi, w tym z naszymi partnerami i sponsorami, marketing bezpośredni naszych usług i zadań, ustalenie, obrona i dochodzenie roszczeń, tworzenie zestawień i analiz (takich jak raportowanie, badania marketingowe itp itd) w związku z wykonywaniem naszych zadań statutowych i obowiązków prawnych, w tym umownych
4. Pana/Pani dane osobowe będziemy przetwarzać:
 - a) przez czas wykonania zadań statutowych Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach i innych prawnych obowiązków, w tym umownych i/lub
 - b) przez czas, w którym przepisy prawa nakazują nam przechowywać dane i/lub
 - c) przez czas w którym Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach może ponieść konsekwencje prawne nienależytego wykonania lub niewykonania naszych zadań statutowych lub obowiązków prawnych
5. Pana/Pani dane osobowe będą mogły być przez nas przekazywane naszym partnerom, z którymi mamy zawarte umowy na współpracę przy wykonywaniu naszym zadań statutowych i innych obowiązków prawnych, w tym umownych, podmiotom świadczącym nam pomoc informatyczną, prawną, usługi doradcze, konsultacyjne oraz innym podmiotom działającym na nasze zlecenie a świadczącym nam usługi niezbędne do realizacji naszych zadań statutowych i wykonania innych obowiązków prawnych, w tym umownych

6. zgodnie z RODO, przysługują Panu/Pani:
 - a) prawo żądania od nas dostępu do danych osobowych dotyczących Państwa,
 - b) prawo ich sprostowania Państwa danych osobowych,
 - c) prawo żądania usunięcia lub ograniczenia przetwarzania Państwa danych osobowych
 - d) prawo wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania Państwa danych osobowych
 - e) prawo przenoszenia danych;
 - f) prawo cofnięcia zgody na przetwarzanie Państwa danych osobowych w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem;
 - g) prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego
7. podanie przez Pana/Panią danych osobowych ma charakter dobrowolny, lecz może być warunkiem uczestnictwa przez Pana/Panią w naszych zadaniach statutowych i w związku z tym będziecie Państwo zobowiązani do ich podania w wymaganym przez nas zakresie, a brak ich podania może skutkować brakiem możliwości uczestnictwa w realizowanych przez nas zadaniach statutowych i obowiązkach prawnych, w tym umownych