

UŽDARŲ PLAUKIMO VARŽYBŲ



„AŠ PLAUKIU-2024“ IR „ŠEIMŲ PLAUKIMO LENKTYNIŲ“

NUOSTATAI 2024 M. GRUODŽIO 30 D. VILNIUS

I. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

Populiarinti plaukimo sporto šaką vaikų ir šeimų tarpe:

- palaikyti draugiškus ryšius su plaukikų šeimomis, skatinti draugystę, kurti bendruomenę,
- išsiaiškinti geriausius plaukikus įvairiose amžiaus grupėse,
- skatinti vaikus treniruotis ir stiprinti sveikatą.

II. VIETA IR LAIKAS

Varžybos vykdomos „Plaukimo šeima“ baseine, adresas Ozo g. 18, Vilnius.

Varžybos vyks 2024 m. gruodžio 30 d. (pirmadienį) 9.00 - 14.00 val.

PRAMANKŠTA PAGAL AMŽIAUS GRUPES*:

GRUODŽIO 30 D.

9.00 - 9.25 I ir II šeimų grupės (ŠG)

11.10 - 11.35 visos amžiaus grupės

*DALYVAVIMAS PRAMANKŠTOJE PRIVALOMAS.

III. DALYVIAI

Varžybose kviečiamos dalyvauti **Šeimų grupės** (du šeimos nariai) ir **vaikai** (mergaitės bei berniukai):

Šeimų grupės (ŠG):

I grupė – dviejų šeimos narių amžiaus suma iki 45 m. (100 m. l/st)

II grupė – dviejų šeimos narių amžiaus suma nuo 46 m. (100 m. l/st)

(Kaip įveiksite 100 metrų distanciją sprendžiate patys, 50 ir 50 m, 25 ir 75 m)

Vaikų grupės:

2021 m.g. ir jaunesni (I amžiaus grupė) (25m l/st. Su priemone)

2020 m.g. (II amžiaus grupė) (25m l/st. Su priemone)

2019 m.g. (III amžiaus grupė) (25m l/st. Su maža priemone)

2018 m.g. (IV amžiaus grupė) (25m l/st. Su maža priemone)

2017 m.g. (V amžiaus grupė) (50m l/st.)

2016 m.g. (VI amžiaus grupė) (50m l/st.)

2015 m.g. (VII amžiaus grupė) (50m l/st.)

2014 m.g. (VIII amžiaus grupė) (50m l/st.)

2013 m.g. ir vyresni (IX amžiaus grupė) (50m l/st.)

Laisvas stilius – bet kuris iš 4 plaukimo būdų (peteliškė, nugara, krūtinė, kraulis). Būdas gali būti keičiamas TIK palietus sieną.

IV. VARŽYBŲ PROGRAMA

| I DIENA (gruodžio 30.) 9.00 – 14.00 | | |
|-------------------------------------|--------------------|--------------------|
| Grupė/Amžius | Startai | Apdovanojimai |
| ŠG iki 45 m. (amžiaus suma) | 9.30 – 10.00 val. | 10.40 - 10.55 val. |
| ŠG nuo 46 m. (amžiaus suma) | 10.00 – 10.30 val. | |
| 2021 m. ir jaunesni (I a.gr.) | 11:40 – 11:45 val. | 12.10 - 12.25 val. |
| 2020 m. (II a.gr.) | 11:45 – 11:55val. | |
| 2019 m. (III a. gr.) | 11:55 – 12:05 val. | |
| 2018 m. (IV a. gr.) | 12:30 – 12:45 val. | 13.20 – 13.45 val. |
| 2017 m. (V a.gr.) | 12.45 – 12.40 val. | |
| 2016 m. (VI a.gr.) | 12:50 – 12:55 val. | |
| 2015 m. (VII a.gr.) | 15:55 – 13:00 val. | |
| 2014 m. (VIII a.gr.) | 13:00 – 13:05 val. | |
| 2013 m. ir vyresni (IX a.gr.) | 13:05 – 13:10 val. | |

V. VARŽYBŲ ORGANIZAVIMAS IR VYKDYMAS, PARAIŠKŲ PRIĖMIMAS

Varžybas organizuoja ir vykdo „Plaukimo Šeima“.

VI. APDOVANOJIMAI

Visi varžybų dalyviai bus apdovanoti medaliais.

1 – 3 vietą užėmę plaukikai prizinių vietų medaliais ir diplomais.

VII. FINANSAVIMO SĄLYGOS

Šeimų grupės dalyvavimas varžybose **nemokamas**.

Varžybų mokestis vaikų grupėje vienam dalyviui **10 Eur**, mokestis mokamas registracijos metu

svetainėje - <https://plaukimoseima.lt/stovyklos/as-plaukiu>

VIII. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

Registracija į **šeimų** lenktynes vyksta nuorodoje – <https://forms.gle/TAR8gS2BWBz3hYJz6> iki gruodžio 18 d.

Registracija į **vaikų** varžybas vyksta nuorodoje – <https://plaukimoseima.lt/stovyklos/as-plaukiu> iki gruodžio 18 d.

Paraiška laikoma priimta, jei gavote teigiamą atsakymą;

Organizatoriai pasilieka galimybę keisti varžybų amžiaus grupes ir startų laikus atsižvelgiant į užsiregistravusių dalyvių duomenis. Dalyviai privalo dalyvauti pramankštoje.

Iškilusius klausimus raštu pateikite el. paštu: pamokos@plaukimoseima.lt