**15.09.2023 R.**

 **REGULAMIN**

 SZTAFETY MIĘDZYPOKOLENIOWEJ

 ROZGRYWANEJ W RAMACH

**XV OLIMPIADY SPORTOWEJ**

**UNIWERSYTETÓW TRZECIEGO WIEKU**

 **I ORGANIZACJI SENIORALNYCH**

 **„TRZECI WIEK NA START”**

**I. CEL ZAWODÓW**

Celem nadrzędnym wydarzenia jest wykształcenie w pokoleniu osób 60+ zrzeszonych
w Uniwersytetach Trzeciego Wieku i Organizacjach Senioralnych potrzeby dbania o własne zdrowie, dobrą kondycję fizyczną i psychiczną, zrozumienia egzystencjalnej potrzeby ruchu, jego znaczenia
w podtrzymaniu sprawności fizycznej i psychicznej oraz promowanie aktywnego stylu życia.

Sztafeta międzypokoleniowa ma stworzyć płaszczyznę do integracji międzypokoleniowej przez wspólne rodzinne uprawianie sportu

**II. MIEJSCE I DATA**

**Miejsce: Stadion Miejski w Łazach**

**Biuro Organizacyjne: Zalew Mitręga w Łazach**

**Data:** **15.09.2023 r. (piątek)**

**III. UCZESTNICY**

**Prawo startu w SZTAFECIE MIĘDZYPOKOLENIOWEJ mają zawodnicy Uniwersytetów Trzeciego Wieku i Organizacji Senioralnych** wraz ze swoimi dziećmi i wnukami w dowolnej konfiguracji
z podziałem na płeć w ramach 3 osobowego składu

**UWAGA!!! ZAWODNIK 60 + STARTUJĄCY W SZTAFECIE MIĘDZYPOKOLENIOWEJ MA PRAWO STARTU W DOWOLNEJ JEDNEJ KONKURENCJI DANEJ DYSCYPLINY W RAMACH XV OLIMPIADY SENIORÓW .**

**IV. PROGRAM SZTAFETY MIĘDZYPOKOLENIOWEJ**

Od godz. 14.00 do 15.30 – rejestracja i odprawa kierowników ekip STARTUJĄCYCH W SZTAFECIE MIĘDZYPOKOLENIOWEJ w Biurze Organizacyjnym Olimpiady – Zalew Mitręga Łazy

**Godz. 16.00 – Otwarcie Zawodów Sportowych – Stadion Miejski w Łazach- płyta główna**

***Godz. 16.00 – 17.00 – rozegranie konkurencji sportowej***

 *Medale za pierwsze trzy miejsca będą wręczane po zakończeniu konkurencji na scenie nad Zalewem Mitręga*

**I. ZAWODY**

**1**

**ZAWODY LEKKOATLETYCZNE Miejsce: Stadion Miejski Łazy**

**KONKURENCJE:**

**2.1. BIEG SZTAFETOWY 3 X 60 METRÓW**

**Uczestnicy:** maksymalnie w konkurencji startować może 3 zawodników z danego UTW (1 RODZIC mężczyzna lub kobieta) w wieku powyżej 60 lat,ich / syn lub córka ,zięć lub synowa/ ,ich wnuczka lub wnuczek .

**Regulamin:**

* Zawody polegają na przebiegnięciu przez każdego z trzech członków drużyny wyznaczonego dystansu (60 m) w jak najkrótszym czasie z pałeczką sztafetową
* Przekazanie pałeczki kolejnemu zawodnikowi drużyny odbywać się będzie w trakcie biegu zawodników od 50 do 60 metra / I zmiana/ i od 110 do 120 metra / II zmiana/.
* Bieg w ramach sztafety rozpoczynają seniorzy a kończą wnukowie.
* Każda drużyna biegnie po wyznaczonym torze.
* Start seniorów z pozycji wysokiej.