

"Szybciej, celniej, mocniej – współzawodnictwo sportowe mieszkańców
Miasta i Gminy Koźmin Wielkopolski 2026"

ZIMOWA SPARTAKIADA SPORTOWA

01.02.2026

1. Cel:

- popularyzacja aktywności ruchowej wśród mieszkańców MiG Koźmin Wielkopolski
- rywalizacja sportowa jako forma aktywnego wypoczynku
- integracja mieszkańców Miasta i Gminy Koźmin Wielkopolski

2. Termin i miejsce:

- zawody odbędą się 1 lutego 2026r (niedziela) o godz. 12:00 w hali sportowej ZSP im. J. Marcińca w Koźminie Wielkopolskim, ul. Strzelecka.

3. Uczestnictwo:

- prawo startu w zawodach mają 10 osobowe reprezentacje sołectw i rad osiedlowych z terenu MiG Koźmin Wielkopolski, zawodnicy mogą reprezentować drużynę w kilku konkurencjach rekreacyjnych, każdy z tych osób zdobywa jeden punkt za udział w Spartakiadzie, jeżeli ktoś wystąpi w kilku konkurencjach otrzyma tylko jeden punkt, bez względu na ilość konkurencji w jakich weźmie udział. Za udział drużyna maksymalnie może uzyskać 10 pkt.,
- zgłoszenia drużyny należy dokonać w Gminnym Ośrodku Sportu w Koźminie Wlkp, ul. Floriańska (tel. 62 721 09 17)
- zgłoszenia imienne na liście zgłoszeniowej (zał. nr 1 do regulaminu) należy dokonać do dnia **23 stycznia 2026r** w Gminnym Ośrodku Sportu w Koźminie Wlkp, ul. Floriańska

4. Organizator:

- Gminny Ośrodek Sportu w Koźminie Wielkopolskim
- Gmina Koźmin Wielkopolski

5. Konkurencje:

- rzut lotką do tarczy - 2 osoby: **kobieta i mężczyzna**
- slalom z piłką koszykową zakończony rzutem do kosza - 2 osoby: **kobieta i mężczyzna**
- rzut piłką lekarską - 1 osoba: **mężczyzna**
- strzał do bramki - 2 osoby: **kobieta i mężczyzna**
- rzut hula hop na pacholek - 1 osoba: **kobieta**
- zbieranie kapsli w rękawicy kuchennej - 2 osoby: **kobieta i mężczyzna**
- drużynowy bieg wahadłowy - 4 osoby z wyżej wymienionych (**2 kobiety i 2 mężczyzn**)

6. Nagrody:

- pamiątkowe puchary za miejsca I- III w klasyfikacji drużynowej
- indywidualnie za miejsca I - III medale
- konkurs z nagrodami dla uczestników spartakiady

7. Postanowienia końcowe:

- każda z drużyn (sołectwo/rada osiedla) zobowiązana jest do zwrotu uzupełnionej listy zgłoszeniowej na dany turniej. Wpisanie osoby na listę jest jednoznaczne z wyrażeniem przez nią zgody (bez zobowiązań i kompensaty) na publikację, pokazywanie i wykorzystywanie w zależności od wyboru zdjęć, wizerunku, portretu, nazwiska, głosu i danych biograficznych w dowolnym formacie we wszystkich mediach,
- udział w zawodach jest jednoznaczny z akceptacją przez zawodników regulaminu imprezy,
- zabrania się spożywania alkoholu oraz palenia papierosów na terenie obiektu sportowego oraz w jego obrębie,
- zawodników biorących udział w spartakiadzie obowiązuje strój sportowy oraz **zmienne obuwie sportowe, - zabrania się wchodzenia na płytę boiska bez odpowiedniego obuwia (obowiązuje obuwie sportowe)**
- ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.

ZIMOWA SPARTAKIADA SPORTOWA
1.02.2026
OPIS KONKURENCJI

1. **RZUT LOTEKĄ DO TARCZY** – konkurencja zostanie rozegrana w osobnych kategoriach (kobiet i mężczyzn). Zawodnik/zawodniczka oddaje 8 rzutów lotką do tarczy z odległości 2,5 metra. O zajęтым miejscu decyduje suma uzyskanych punktów.
2. **ŚLALOM Z PIŁKĄ KOSZYKOWĄ ZAKOŃCZONY RZUTEM DO KOSZA** - konkurencja zostanie rozegrana w osobnych kategoriach (kobiet i mężczyzn). Osoba wykonuje slalom kozłując, dowolną ręką, piłkę koszykową pomiędzy 3 słupkami rozstawionymi od środka pola „za 3 rzuty”, co ok. 2 m, na długości ok. 6,75 m, do pozycji rzutu, gdzie wykonuje rzut, dowolnie; z biegu tzw. dwutakt lub po zatrzymaniu z miejsca, wysokości, z dowolnej strony tablicy (prawej lub lewej), po trafieniu wraca tą samą drogą, kozłując piłkę, slalomem na linię startu-mety. Jeśli nie trafi za pierwszym razem, rzut może maksymalnie powtórzyć jeszcze trzy razy. O zajęтым miejscu decyduje uzyskany czas. Brak celnego trafienia jest równoznaczne z dodaniem 5 sekund, podobnie ominięcie słupka (za każdy ominięty) dodane zostanie 5 sekund do wyniku końcowego.
3. **RZUT PIŁKĄ LEKARSKĄ 3 kg.** – zawodnik wykonuje dwa rzuty do tyłu. O zajęтым miejscu decyduje uzyskana odległość w jednej z prób (najdłuższa).
4. **STRZAŁ DO BRAMKI** – konkurencja zostanie rozegrana w osobnych kategoriach (kobiet i mężczyzn). Zawodnik/zawodniczka oddaje 4 strzały na bramkę o wymiarach 3m x 2m. O zajęтым miejscu decyduje ilość punktów zdobytych. Poniżej przedstawiamy rys. bramki z podziałem na strefy punktowe.

	6	5	6	
	4	3	4	
	2	1	2	

5. **RZUT HULA HOP NA PACHOLEK** – zawodniczka wykonuje 5 rzutów hula hop o średnicy 60 cm na pacholek z odległości 2,5 m. Za każdy celny rzut otrzymuje 1 punkt.
6. **ZBIERANIE KAPSLI W RĘKAWICY KUCHENNEJ** - konkurencja zostanie rozegrana w osobnych kategoriach (kobiet i mężczyzn), zadanie polega na przełożeniu kapsli z jednego naczynia do drugiego za pomocą rąk na które ubrane są rękawice kuchenne. Kapsle przekładamy jedną ręką. Zawodnik na wykonanie zadania ma 30 sekund. Wygrywa osoba z największą liczbą zebranych kapsli.
7. **SZTAFETA WAHADŁOWA Z PIŁKĄ** – w konkurencji udział biorą 4 (2 kobiety i 2 mężczyzn) osoby spośród zgłoszonych członków drużyny wymienionych w zgłoszeniu. Na sygnał startera uczestnik nr 1 rozpoczyna bieg, trzymając piłkę, dobiega do pierwszego znacznika zatrzymuje się, odrzuca piłkę do kolejnej osoby nr 2, która po chwycie, ponownie biegnie do kolejnego, drugiego znacznika, zatrzymuje się przy znaczniku nr 2 i podaje piłkę osobie nr 1, która piłkę odrzuca do zawodnika nr 3, stojącego i oczekującego na piłkę, po chwycie zawodnik nr 3 dobiega do znacznika nr 3, zatrzymuje się i podaje piłkę zawodnikowi nr 2, ten zawodnikowi nr 1, a ten odrzuca do stojącego na linii startu zawodnika nr 4, który podobnie jak poprzednicy wybiega i zatrzymuje się przy znaczniku nr 4. Piłka podawana jest przez zawodników nr 4, nr 3, nr 2 do zawodnika nr 1, który biegiem, przenosi piłkę na linię startu-mety i ustawia ją w kółku ringo, tak by piłka tam pozostała, (jeśli piłka wypadnie z ringo, czynność należy powtórzyć, aż do skutecznego jej zatrzymania się w kółku) w tym momencie sędzia wyłącza stoper. Sztafeta rozgrywana jest na długości 12 m, znaczniki rozstawione są co 3 m, piłką do piłki ręcznej o rozmiarze nr 2.
O zajęтым miejscu decyduje czas. Ominięcie znacznika, osoby do podania, wybiegnięcie przed chwytem lub inny nie skorygowany przez drużynę, błąd mający wpływ na uzyskanie, nieprzepisowej korzyści jest równoznaczne z dodaniem 5 sekund do wyniku końcowego.

WIZUALIZACJA SZTAFETY WAHADŁOWEJ Z PIŁKĄ

