



**KOMUNIKAT ORGANIZACYJNY
II ZIMOWE MISTRZOSTWA POLSKI
W RATOWNICTWIE WODNYM
Warszawa 10-11/12/2010**

1. **TERMIN ZAWODÓW:** 10 – 11 grudnia 2010 (piątek – sobota)
2. **MIEJSCE ZAWODÓW:** Kompleks Basenów Rehabilitacyjnych Muszelka, 03-329 Warszawa, ul. Balkonowa 2
3. **INFORMACJE TECHNICZNE**
 - Pływalnia 25m; 6 torów, temperatura wody: 27-28°C
 - Pomiar czasu: elektroniczny
 - Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami ILSF oraz postanowieniami Regulaminu Mistrzostw Polski w Ratownictwie Wodnym
4. **ORGANIZATOR ZAWODÓW**
 - Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe
 - Komisja WOPR ds. Sportu
 - Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe w Warszawie
5. **PATRONAT MEDIALNY**
 - Polskie Radio Program 1
6. **ZASADY FINANSOWANIA**
 - Koszty organizacyjne pokrywają organizatorzy
 - Uczestnicy przyjeżdżają na koszt własny
 - Opłata startowa wynosi 20 zł od zawodnika
7. **CEL ZAWODÓW**
 - Przygotowanie ratowników WOPR do działania na rzecz zmniejszenia liczby osób tonących w polskich wodach
 - Promowanie zasad bezpiecznego pływania, kąpania się i uprawiania sportów wodnych
 - Popularyzacja ratownictwa wodnego
 - Stworzenie ratownikom WOPR możliwości rywalizacji sportowej
 - Wyłonienie Kadry Narodowej w Ratownictwie Wodnym
8. **ZASADY UCZESTNICTWA**
 - Zgodnie z Regulaminem Mistrzostw Polski
 - Obecność zawodników na otwarciu i zamknięciu Mistrzostw Polski obowiązkowa pod karą dyskwalifikacji zawodnika lub drużyny w przypadku nieobecności
 - Legitymacje WOPR zebrane przez organizatora podczas rejestracji drużyn rozdane zostaną po oficjalnym zakończeniu zawodów
 - Organizator zastrzega sobie prawo korekty programu zawodów
 - Zgłoszenie do zawodów jest równoznaczne z akceptacją postanowień niniejszego komunikatu
9. **ZGŁOSZENIA DO ZAWODÓW**
 - Należy przesłać w postaci pliku lenex (*.lxf) na adres: zawody@swimart.pl
 - Zgłoszenie musi zawierać: imię i nazwisko zawodnika, pełną datę urodzenia (DD/MM/RRRR), nazwę drużyny, dystans, konkurencję oraz najlepszy czas uzyskany w ostatnich 12 miesiącach
 - Termin zgłoszeń upływa w **poniedziałek 6 grudnia 2010**
10. **NAGRODY:**
 - Zgodnie z Regulaminem Mistrzostw Polski

11. PROGRAM SPORTOWY ZAWODÓW:

PIĄTEK 10/12/2010			
20 ⁰⁰ – 22 ⁰⁰ konkurencja SERC			
SOBOTA 11/12/2010			
BLOK I – rozgrzewka 7 ³⁰ – 8 ⁴⁵ , zawody 9 ⁰⁰			
Kobiety		Mężczyźni	
1	200m z przeszkodami	2	200m z przeszkodami
3	4x50m pływanie z przeszkodami	4	4x50m pływanie z przeszkodami
5	50m ratowanie manekina	6	50m ratowanie manekina
7	100m ratowanie w płetwach	8	100m ratowanie w płetwach
BLOK II rozpoczęcie około 45min po zakończeniu bloku porannego			
9	4x25m holowanie manekina	10	4x25m holowanie manekina
11	100m ratowanie kombinowane	12	100m ratowanie kombinowane
13	100m ratownik	14	100m ratownik
15	4x50m z pasem ratowniczym	16	4x50m z pasem ratowniczym

12. PROGRAM CZASOWY ZAWODÓW

- 7⁰⁰ - 8⁰⁰ - rejestracja drużyn
- 7⁰⁰ - 8¹⁵ - rozgrzewka
- 8⁰⁰ - odprawa kierowników ekip
- 8¹⁵ - odprawa sędziów
- 8³⁰ - **200 m z przeszkodami K i M**
- 10⁰⁰ - uroczyste otwarcie MP
- 10¹⁵ - **sztafeta 4x50 z przeszkodami K i M**
- 10⁵⁰ - dekoracja konkurencji 200 m z przeszkodami
- 10⁵⁵ - **50 m ratowanie manekina K i M**
- 11⁵⁵ - dekoracja konkurencji sztafet 4x50 z przeszkodami
- 12⁰⁰ - **100 m ratowanie w płetwach K i M**
- 13⁰⁰ - dekoracja konkurencji 50 m ratowanie manekina
- 13⁰⁵ - przerwa na posiłek regeneracyjny
- 14⁰⁰ - rozgrzewka
- 14³⁰ - **sztafeta 4x25m holowanie manekina K i M**
- 14⁵⁵ - dekoracja konkurencja 100 m ratowanie w płetwach
- 15⁰⁰ - **100 m ratowanie kombinowane K i M**
- 16⁰⁰ - dekoracja konkurencji sztafet 4x25m holowanie manekina
- 16⁰⁵ - **100 m ratownik K i M**
- 17¹⁰ - dekoracja konkurencji 100 m ratowanie kombinowane
- 17¹⁵ - **sztafeta 4x50m z pasem ratowniczym K i M**
- 17⁴⁰ - dekoracja konkurencji 100 m ratownik
- 18⁰⁰ - uroczyste zakończenie MP (dekoracje: konkurencji sztafeta 4x50m z pasem ratowniczym, klasyfikacji indywidualnych i drużynowych MP oraz wręczenie nagród dla najlepszych zawodników imprezy)
- Zamknięcie imprezy.

13. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Zgłoszenie do zawodów jest równoznaczne z akceptacją postanowień niniejszego komunikatu oraz Regulaminu Mistrzostw Polski w Ratownictwie Wodnym 2010
- Protesty, spory i odwołania zgodnie z Regulaminem Mistrzostw Polski
- Organizator zastrzega sobie prawo do korekty czasowo – programowej zawodów.

14. ZAKWATEROWANIE

	HOTEL	ADRES	TELEFON	MAIL	WWW
1	Hostel To-tu	Warszawa, ul. Krasiczyńska 8	22 811 29 96	totu@puhit.pl	www.puhit.pl
		Studia 5-cio osobowe w cenie 225zł za studio za dobę – około 1,7km od pływalni			
2	Hotel Kwatery Jolanta	Ząbki, ul. 11-go listopada 97	22 781 70 34		
		Osobodoba 40zł – około 3,5km od pływalni			
3	Hotel Marion	Warszawa, ul. Otwocka 7	22 818 0065		
		Pokój 2-os 120zł, pokój 3-osobowy 170zł, pokój 4-osobowy 220zł – około 2km od pływalni			
4	Pod Kasztanami	Warszawa, ul. Konwaliowa 4	22 814 33 06	podkasztanami@oit.pl	www.podkasztanami.ta.pl
		Nocleg z śniadaniem ok. 70zł – około 7km od pływalni			