

Regulamin

I Amatorskich Zawodów Strong- Student

o Puchar JM Rektora PBŚ

1. CEL:

1. Popularyzacja aktywności ruchowej wśród studentów i pracowników Politechniki Bydgoskiej
2. Integracja środowiska uczelnianego
3. Promocja Akademickiego Centrum Sportu i SWFiS Politechniki Bydgoskiej

2. ORGANIZATOR :

Akademickie Centrum Sportu i Studium Wychowania Fizycznego PBŚ

3. CZAS I MIEJSCE:

15.06.2026 r

Weryfikacja zawodników godz. 11:00 (sala konferencyjna ACS 1)

Start godz. 12 :00

Teren przed budynkiem ACS 3

4. WARUNKI UCZESTNICTWA:

1. W zawodach mogą uczestniczyć studenci PBŚ , którzy ukończyli 18-ty rok życia (możliwość otrzymania usprawiedliwienia nieobecności na zajęciach).
2. Pracownicy PBŚ
3. Uczestnicy zobowiązani są złożyć pisemne oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w zawodach (załącznik do niniejszego regulaminu) oraz zapoznać się z regulaminem zawodów.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności prawnej, za udział w zawodach osób chorych i wynikające z tego wypadki oraz skutki wypadków podczas zawodów i odszkodowania z tym związane.
5. Maksymalna przewidziana liczba zawodników **15 osób**.
6. Organizator zapewnia zabezpieczenie medyczne podczas zawodów.



5. KATEGORIE:

Zawody zostaną rozegrane w kategorii „OPEN”

6. KONKURENCJE

1. PRZERZUCANIE OPONY

Konkurencja polega na przerzucaniu opony w kierunku mety (180-200kg) . Zawodnik w jak najkrótszym czasie ,musi przerzucić **oponę 5 razy**. Nie wolno jej toczyć i pchać.

2. WYCISKANIE HANTLA

Zawodnik wyciska jedną ręką, **hantel o wadze 25 kg** z linii barków do momentu wyprostowania ramienia w łokciu. Wygrywa zawodnik, który prawidłowo wykona największą ilość wyciśnień.

3. SPACER FARMERA

Zawodnik podchodzi do dwóch **walizek o wadze ok 50- 60 kg każda** i na znak sędziego przenosi je na najdłuższą możliwą odległość . Zatrzymanie i upuszczenie ,którejkolwiek walizki kończy konkurencję.

4. PRZERZUCANIE PIŁEK LEKARSKICH

Zawodnik podbiega do 1 przeszkody i przerzuca **3 piłki o wadze 30kg** na drugą stronę, następnie podbiega do drugiej przeszkody i przerzuca **2 piłki o wadze 40kg**, następnie podbiega do ostatniej przeszkody i przerzuca **1 piłkę o wadze 70 kg** i w jak najkrótszym czasie, podbiega do mety i kończy bieg. Jeżeli zawodnik nie przerzuci, którejkolwiek piłki otrzymuje punkty karne w postaci doliczenia karnych sekund równych kilogramom piłki.

5. PRZECIAGANIE SAMOCHODU

Zawodnik przeciąga samochód Van na dystansie **15 metrów** na czas. Wygrywa zawodnik, który przeciągnie samochód na odcinku 15m, w jak najkrótszym czasie. W przypadku nieosiągnięcia przez zawodnika mety pod uwagę będzie brana długość pokonanego odcinka.

7. PUNKTACJA ORAZ KOLEJNOŚĆ STARTU:

1. W pierwszej konkurencji zawodnicy startują zgodnie z kolejnością wyłonioną podczas losowania, po zapisaniu się i weryfikacji. Od drugiej konkurencji, zawodnicy startujący w zależności od zajętego miejsca w poprzedniej konkurencji. Zawodnik wygrywający startuje jako ostatni, natomiast konkurencję rozpoczyna zawodnik, który uzyskał najgorszy wynik.



2. Do udziału w zawodach zostanie dopuszczonych maksymalnie **15 zawodników**.
3. Zawodnicy punktowani są w następujący sposób:
za zajęcie I miejsca w danej konkurencji – 15 punktów,
za II miejsce – 14 punktów,
za III miejsce 13 – pkt.,
za IV miejsce 12 – pkt.,
..... X miejsce 1 – pkt.
4. Zawody wygrywa zawodnik, który uzyska największą liczbę punktów. W przypadku, gdy po rozegraniu wszystkich konkurencji dwóch lub więcej zawodników uzyska taką samą ilość punktów wygrywa ten zawodnik, który był więcej razy na lepszym miejscu.

8. KOMISJA SĘDZIOWSKA:

Komisję sędziowską powołuje organizator w składzie 3-5 osobowym.

9. NAGRODY:

1. Organizator przewidział nagrody dla miejsc I-III (Karnety na siłownię ACS), puchary i dyplomy.
2. Dla pozostałych uczestników dyplomy i pamiątkowe gadżety.

10. ZGŁOSZENIA I INFORMACJE:

Drogą mailową na adres m.wisniewska@pbs.edu.pl do 7.06.2026r

11. POSTANOWIENIA KOŃCOWE , DANE OSOBOWE(RODO)

1. Wszystkie sprawy sporne i nieujęte w regulaminie rozstrzyga sędzia główny i organizator.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne wypadki i kradzieże zaistniałe w czasie trwania imprezy.
3. Wszyscy zawodnicy startują w zawodach na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatora w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
4. Wszyscy zawodnicy zobowiązani są do zapoznania się z regulaminem i do jego przestrzegania.
5. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian niniejszego regulaminu.
6. Administratorem danych osobowych jest PBŚ.
7. Dane przetwarzane są w celu organizacji zawodów i promocji wydarzenia.
8. Uczestnik ma prawo do wglądu i poprawy danych.

Załącznik do Regulaminu
Zawodów Strong-Student

Oświadczenie o stanie zdrowia

I Mistrzostwa Strong - Student o Puchar J M Rektora PBŚ

Oświadczam, że znany mi jest regulamin Zawodów, jestem zdrowy i nie mam medycznych przeciwwskazań do uprawiania długotrwałego wysiłku sportowego.

Wyrażam zgodę na wykorzystanie i przetwarzanie moich danych osobowych oraz na umieszczenie na stronie internetowej imienia, nazwiska, zdjęć promujących zawody. (Ustawa o ochronie danych osobowych oraz RODO z dnia 10 maja 2018 r.)

Imię i nazwisko uczestnika

Data i czytelny podpis

--	--