



Maraton Pływacki „EKIDEN” 30 kwietnia 2019



Czy wiecie co to maraton ? Czy potraficie pływać ?

Jak tak to EKIDEN jest właśnie dla Was !!!

***Już 30 kwietnia 2019 roku odbędzie się w ZSSiO Gdańsk
Dziewiąta edycja super wydarzenia sportowo - rozrywkowego
maratonu pływackiego “EKIDEN 2019”***

***Ma on na celu propagowanie pływania jako świetnej formy aktywnego
spędzania wolnego czasu. Zadaniem uczestników będzie wspólne
przepełnienie dystansu biegu maratońskiego, czyli 42 km 195 m..***

1. Organizator:

- > Zespół Szkół Sportowych i Ogólnokształcących w Gdańsku ul. Subisława 22
- > UKS „Żabianka” Gdańsk

2. Miejsce i termin:

- Ekiden odbędzie się na pływalni 25m przy ZSSiO w Gdańsku, ul. Subisława 22
dnia 30.04.2019 (wtorek).***
- > rozgrzewka godz. 8:00 do 8:30
 - > uroczyste otwarcie zawodów godz. 8:45
 - > zawody 9:00

3. Uczestnictwo:

***W zawodach mogą uczestniczyć uczniowie SP I-VIII, Gim III, Liceum, Rodzice, Nauczyciele.
Każda Szkoła z poza ZSSiO ma prawo zgłosić po jednej drużynie na 1000 m. i 2000 m..
Zgłoszenia Zespołów należy dokonać w nieprzekraczalnym terminie do dnia 23.04.2019.
Wszyscy zawodnicy niepełnoletni muszą posiadać aktualne badania lekarskie lub zgodę
rodziców na start w zawodach. Osoby pełnoletnie startujące w zawodach jeżeli nie posiadają
aktualnych badań lekarskich zobowiązani są do podpisania oświadczenia, iż posiadają
wiedzę aby startować w zawodach ich zdrowie musi być w stanie bardzo dobrym oraz, iż nie
wnoszą roszczeń od NNW .***

4. Regulamin EKIDENU:

- 4.1 Uczestnicy (10-osobowe zespoły) mają za zadanie przepłynąć dystans 1000m lub 2000m.**
- 4.2 Uczestnicy nadają sobie numery startowe, które mają być umieszczone na prawym ramieniu i muszą być zgodne z numerami na liście zgłoszeniowej.**
- 4.3 Uczestnicy sami wewnątrz swojego zespołu decydują o kolejności w jakiej płyną, przy czym każdy zawodnik może jednorazowo przepłynąć dystans 50m po czym musi nastąpić zmiana.**
- 4.4 Każde 50 m rozpoczynają skokiem ze słupka (na głowę lub na nogi).**
- 4.5 W czasie EKIDENU na basenie przebywają jednocześnie trzy grupy, które płyną swój dystans w tym samym czasie, aż do uzyskania 42 kilometra. Ostatnie uroczyste przepełnienie dystansu 195 m odbywa się na 1 torze dopiero w momencie, kiedy wszystkie zespoły ukończą swój dystans.**
- 4.6 Na ok. 200m przed planowanym ukończeniem dystansu przez pierwszą turę, do wejścia do wody przygotowują się kolejne ekipy, tak aby płynnie wymienić te drużyny, które ukończyły swój dystans.**

- 4.7** Przy każdym torze czuwa 2 sędziów oraz jedna osoba towarzysząca opiekun drużyny. Sędzia 1 - kontroluje zmiany między zawodnikami w poszczególnej grupie, dba o to, aby przez cały czas zawodnik płynął na torze, sumuje pokonany dystans, nadzoruje zmianę między grupami na swoim torze.
Sędzia 2 - weryfikuje zgodność numeru startowego zawodnika z numerem na liście startowej, przyprowadza kolejny zespół na tor, przekazuje imienną listę przyprowadzonego zespołu sędziemu mierzącemu czas, zabiera listę zespołu, który ukończył swój dystans.
- 4.8** W pierwszej i drugiej turze startują po 3 zespoły pokonujące dystans 1000m.
- 4.9** W turze od trzeciej do ósmej po 3 zespoły pokonujące dystans 2000m.
- 4.10** Ostatnia ekipa (wyróżnienie, może to być jedna osoba) pokonuje jedynie odległość 195m.
- 4.11** W przypadku niestawienia się zespołu w komplecie pozostali członkowie zespołu zobowiązani są przepłynąć pełen dystans wyznaczony przez organizatorów (1000m lub 2000m).
- 4.12** Oficjalny czas przepłyniętego maratonu liczony jest na podstawie zsumowania czasów uzyskanych przez wszystkie zespoły (czasy 6 zespołów płynących 1000m, 18 zespołów płynących 2000m i czas dystansu 195m).
- 4.13** Czas trwania imprezy przewidywany jest na około 4h.
- 4.14** Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmian organizacyjnych.

5. Program:

**Rozstawienie zespołów na torach wg pokonywanego dystansu w poszczególnych turach:
(szczegółowe ustalenia nastąpią po 23.04.2019)**

	czas	Tor 1	zespół	Tor 3	zespół	Tor 5	zespół	dystans
tura I	15min	1000		1000		1000		3000
tura II	15min	1000		1000		1000		3000
tura III	30min	2000		2000		2000		6000
tura IV	30min	2000		2000		2000		6000
tura V	30min	2000		2000		2000		6000
tura VI	30min	2000		2000		2000		6000
tura VII	30min	2000		2000		2000		6000
tura VIII	30min	2000		2000		2000		6000
	3min			195 m				195
suma	3h33min	14000		14195		14000		42195

6. Nagrody:

Organizatorzy przewidują następujące nagrody:

- dyplomy dla klasy "0"
- w kategorii klas I-III medale dla trzech najszybszych zespołów na 1000 m. plus puchar dla złotej sztafety
- w kategorii "Open" od IV klasy w górę medale dla trzech najlepszych zespołów na 1000 m. plus puchar dla złotej sztafety
- w kategorii "Open" od IV klasy w górę medale dla trzech najlepszych zespołów na 2000 m.. plus puchar dla złotej sztafety

7. Zgłoszenia:

należy przestać na poniższej karcie zgłoszeń na adres e-mail:

i.olejniczak@gmail.com w nieprzekraczalnym terminie do dnia 23.04.2019 r

8. Kierownictwo i komisja sędziowska:

- > komisję sędziowską wyznaczy UKS „Żabianka” Gdańsk,
- > naczelnikiem Ekidenu jest Agnieszka Kasprowicz (502419189)

9. Postanowienia końcowe:

- > podczas trwania zawodów obowiązuje regulamin wewnętrzny pływalni ZSSiO w Gdańsku,
- > organizator nie ponosi odpowiedzialności z tytułu ubezpieczeń zdrowotnych i następstw nieszczęśliwych wypadków.

EKIDEN PŁYWACKI 2019	
Nazwa zespołu:	
Osoba odpowiedzialna:	
Deklarowany dystans 1000 lub 2000 m :	

L.p.	Imię	Nazwisko	Rok ur.	1	2	3	4	uwagi
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
	Łączny czas:							

Uczniowski Klub Sportowy „Żabianka” Gdańsk

ORAZ

Zespół Szkół Sportowych i Ogólnokształcących

Gdańsk ul. Subisława 22

Serdecznie Zapraszamy

Zapisy pod adresem e-mail : i.olejniczak@gmail.com