

REGULAMIN ZAWODÓW W TRÓJBOJU OBRONNYM POLOWEJ DRUŻYNY SOKOLEJ W SANOKU

Cel zawodów: Sprawdzenie umiejętności: biegowych, strzeleckich i rzutowych granatem, Druhen i Druhów „Sokołów” oraz wyłonienie drużyny na zawody wyższej rangi.

Organizator: TG „Sokół” w Sanoku.

Termin: dzień, godzina

Miejsce zawodów:

W zawodach biorą udział drużyny Gniazd Sokolich lub inne, zaproszone przez TG „Sokół” w Sanoku, oraz inne zgłoszone w odpowiednim terminie.

Konkurencje:

- dla kobiet: bieg 400 m – strzelanie na odległość 10 m stojąc/leżąc – bieg 400 m – rzut granatem na odległość 15 m do celu (6 m x 2 m) – bieg 400 m do mety.
- dla mężczyzn: bieg 800 m – strzelanie na odległość 10 m stojąc/leżąc – bieg 800 m – rzut granatem na odległość 25 m do celu (6 m x 2 m) – bieg 800 m do mety.

Broń:

- karabin laserowy,
- granat RG-42.



Strzelanie z karabinu laserowego Anschutz:

- odległość strzelania: 10 m,
- cel: tarcza z 5. celami fi 35 lub fi 15 (umieszczonych w prostokącie 110 x 425),
- postawa: stojąc/klęcząc/leżąc (z podpórką na rękę),
- ilość strzałów: 2 próbne (czas 1 min.) 5 ocenianych (czas 4 min.),
- ocena wyników: suma punktów uzyskanych w strzelaniu,
- niecelny strzał: dodatkowe 50 m lub –25 sekund.

Rzut granatem ćwiczebnym o wadze 500 g:

Kobiety

- odległość celu: 15 m od linii do przedniego skraju prostokąta zewnętrznego,
- cel: zarys okopu o wymiarach:
 - a) prostokąt zewnętrzny 6 x 2 m wraz z linią o szerokości 5 cm
 - b) prostokąt wewnętrzny 2 x 1 m wraz z linią o szerokości 5 cm
- postawa: stojąc z miejsca (wolno wykonać zakrok przed rzutem lub wykrok po rzucie) nie przekraczając linii rzutu,
- granat ćwiczebny (waga 500 gramów),
- ilość rzutów: 2 próbne, 5 ocenianych,
- czas rzutów: łącznie do 4 minut,
- ocena: za trafienie w mały prostokąt +3 pkt,
- za trafienie w duży prostokąt +1 pkt,
- niecelny rzut granatem: dodatkowe 50 m biegu lub –25 sekund.



Wynik liczy się do trójboju indywidualnego, a drużynowo: to suma punktów zespołu.

Mężczyźni

- odległość celu: 25 m od linii do przedniego skraju prostokąta zewnętrznego,
- cel: zarys okopu o wymiarach:
 - a) prostokąt zewnętrzny 6 x 2 m wraz z linią o szerokości 5 cm,
 - b) prostokąt wewnętrzny 2 x 1 m wraz z linią o szerokości 5 cm,
- postawa: stojąc z miejsca (wolno wykonać zakrok przed rzutem lub wykrok po rzucie) nie przekraczając linii rzutu,
- granat ćwiczebny (waga 500 gramów),
- ilość rzutów: 3 próbne, 5 ocenianych,
- czas rzutów: łącznie do 4 minut,
- ocena - za trafienie w mały prostokąt +3 pkt.,
- za trafienie w duży prostokąt +1 pkt.,

Wynik liczy się do trójboju indywidualnego, a drużynowo: to suma punktów zespołu.

Klasyfikacja:

1. indywidualna (oddzielnie dla kobiet, oddzielnie dla mężczyzn) w konkurencjach:
 - bieg,
 - strzelanie (w dwuboju strzeleckim: stojąc, leżąc – jeżeli jest realizowane),
 - rzut granatem,
 - trójbój bojowy (bieg, strzelanie, rzut granatem),
2. drużynowa (oddzielnie dla kobiet, oddzielnie dla mężczyzn) w konkurencjach:
 - trójbój bojowy: na podstawie łącznej ilości uzyskanych punktów klasyfikacyjnych w każdej konkurencji,

Nagrody:

1. za zajęcie miejsca 1-3 w klasyfikacji indywidualnej:
 - w każdej konkurencji (bieg, strzelanie, rzut granatem): medal i dyplom,
 - w trójboju bojowym: medal i dyplom,
2. za zajęcie 1-3 miejsca w klasyfikacji drużynowej zawodów:
 - puchar i dyplom.
3. dla wszystkich drużyn:
 - dyplomy uczestnictwa.

Postanowienia końcowe:

1. Sprawy sporne rozstrzyga sędzia główny zawodów.
2. Organizator zawodów, z ważnych przyczyn, może dokonać zmian w Regulaminie Zawodów, o których poinformuje na odprawie kierowników ekip bezpośrednio przed zawodami.
3. Zespoły przyjeżdżają na własny koszt.
4. Warunkiem dopuszczenia do zawodów jest aktualna legitymacja uczniowska lub dowód osobisty.
5. Opłata startowa (płatna na miejscu przed zawodami) wynosi 10 zł od każdego zawodnika. Zespoły zaproszone zwolnione są z opłaty startowej.
6. Każdy uczestnik zawodów zobowiązany jest do przestrzegania zasad bezpieczeństwa na strzelnicy zgodnie z Regulaminem Strzelnicy oraz Regulaminem Zawodów.
7. Każdy zawodnik, zobowiązany jest wystąpić w sportowym stroju ustalonym przez kierownika drużyny, oraz wystąpić w mundurze organizacyjnym podczas dekoracji.
8. Dodatkowe informacje organizacyjne i regulaminowe można uzyskać pod tel. 503 319 517 lub pod adresem: sokol@sokolsanok.pl

Zgłoszenia: Zgłoszenie przesłać na adres: TG „Sokół” w Sanoku, ul. Mickiewicza 13 Ip, lub na: sokol@sokolsanok.pl w terminie do dnia:

Zgłoszenia po tym terminie nie będą przyjmowane

Organizator