

TEST COOPERA

MIEJSKA RYWALIZACJA SPORTOWA 2023/24

REGULAMIN

§ 1

Postanowienia ogólne

1. Test Coopera dla Szkół Ponadpodstawowych jest imprezą sportową, rozgrywaną w formie biegu polegającego na pokonaniu jak najdłuższego dystansu w czasie 12 minut.
2. Test zaliczany jest do Miejskiej Rywalizacji Sportowej 2023/2024 w Suwałkach.
3. Celem imprezy jest popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu oraz określenie stanu kondycji fizycznej uczestników na podstawie międzynarodowych norm.
4. Organizatorem Testu Coopera jest Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach.

§ 2

Termin i miejsce zawodów

1. Test Coopera odbędzie się **18 kwietnia 2024 r.** na Stadionie Lekkoatletycznym im. Jadwigi Olbryś w Suwałkach przy ul. Wojska Polskiego 17.
2. Początek zawodów, o których mowa w ust. 1, zaplanowany jest na **godz. 10.00**
3. Drużyny wraz z opiekunami zobowiązane są do przybycia na miejsce rozgrywania zawodów na co najmniej 30 minut przed planowaną godziną rozpoczęcia rywalizacji.

§ 3

Kategorie startowe

1. W teście uczestniczy młodzież z rocznika 2004 i młodsza.
2. Zawodnicy zostaną przydzieleni do kilku serii, a ich ilość zależy będzie od ilości zgłoszeń.

§ 4

Uczestnictwo

1. W zawodach udział biorą uczniowie reprezentujący szkoły macierzyste.
2. Prawo startu w teście mają uczniowie, którzy nie posiadają przeciwwskazań lekarskich.
3. Uczestnicy powinni posiadać obuwie sportowe.
4. Test zostanie przeprowadzony na 400 – metrowej bieżni, która oznakowana będzie co 20 m.
5. Końcowym wynikiem zawodnika będzie suma przebiegniętych okrążeń w ciągu 12 minut powiększona o ewentualny odcinek ostatniego, niedokończonego okrążenia.
6. Wynik końcowy będzie podany z dokładnością do 20 m.

§ 5

Zgłoszenia

1. Zgłoszenia zawodników należy przygotować na listach według wzoru określonego w załączniku nr 1 do niniejszego regulaminu.
2. Organizator nie wprowadza ograniczeń co do ilości startujących zawodników danej szkoły.
3. Kierownik (opiekun) drużyny zobowiązany jest przesłać Organizatorowi listę zawodników najpóźniej do dnia **15 kwietnia 2024 r.** na adres e – mail zbigniew.chilinski@osir.suwalki.pl Brak listy (zgłoszenia), o której mowa w ust. 1, pozbawia drużynę prawa udziału w rywalizacji.
4. W przypadku rezygnacji z uczestnictwa w Teście Coopera szkoła zobowiązana jest do powiadomienia Organizatora o zaistniałej sytuacji. Stosowną informację należy przesłać drogą mailową na adres: zbigniew.chilinski@osir.suwalki.pl do dnia 15.04.2024 r.

§ 6

Punktacja

1. Podczas Testu Coopera prowadzona będzie klasyfikacja drużynowa kobiet i mężczyzn.
2. Punktacją objętych zostanie 30 miejsc wg klucza:
I m-ce - 40 pkt., II m-ce - 35 pkt., III m-ce - 32 pkt., IV m-ce -30 pkt., V m-ce - 28 pkt. VI m-ce - 26 pkt., VII m-ce - 24 pkt., VIII m-ce - 23 pkt.,itd.XXX m-ce - 1 pkt.

§ 7

Świadczenia

1. Każdy z uczestników zawodów przy weryfikacji otrzyma numer startowy.
2. Organizator zapewnia puchary dla trzech pierwszych drużyn w klasyfikacji drużynowej kobiet i mężczyzn.

§ 8

Postanowienia końcowe

1. W zakresie nieuregulowanym niniejszym regulaminem obowiązują postanowienia Regulaminu Miejskiej Rywalizacji Sportowej 2023/2024 w Suwałkach oraz przepisów testu Coopera.
2. Kwestie sporne związane z przebiegiem zawodów rozstrzyga sędzia główny, a w pozostałym zakresie Organizator.
3. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione i zaginione na obiekcie sportowym.
4. Zawody odbędą się bez względu na pogodę.