



**POLSKA**  
GIMNASTYKA



**27 11**

**2024**

**ERGO ARENA | GDAŃSK**

# **GIMNASTYKA**

## **DLA WSZYSTKICH**

**UDZIAŁ  
BEZPŁATNY**

[www.pzg.pl](http://www.pzg.pl)

**KONKURSY  
ANIMACJE  
SZKOLENIA**

**POKAZY  
GWIAZD**

**UDZIAŁ  
ZNANYCH  
INFLUENCERÓW**

**HARMONOGRAM**



ORGANIZATOR



PROJEKT WSPÓLFINANSOWANY PRZEZ



PATRONATY



PARTNERZY



SPONSOR STRATEGICZNY PZG



## REGULAMIN Ogólnopolskiej Imprezy gimnastycznej „Gimnastyka dla Wszystkich”

### § 1.

#### Słownik pojęć.

Ile kroć w niniejszym Regulaminie jest mowa o:

1. „Impreza” należy przez to rozumieć event pt. „Gimnastyka dla Wszystkich” – ogólnopolski event gimnastyczny dla dzieci” dofinansowany ze środków dotacji Ministerstwa Sportu i Turystyki.
2. „Organizator” należy przez to rozumieć Polski Związek Gimnastyczny.
3. „Partnerach” należy przez to rozumieć instytucje wspierające i współfinansujące Imprezę. .
4. „Koordynator” / „Ekspert” / „Trener” / „Instruktor” / „Animator” / „Sędzia” należy przez to rozumieć osobę, która prowadzi daną konkurencję zarządza oraz nadzoruje przebieg Imprezy na danej konkurencji.
5. „Uczestniku” należy przez to rozumieć uczestnika Imprezy który po spełnieniu wszystkich wymogów określonych w niniejszym Regulaminie został dopuszczony do udziału w Imprezie.
6. „Opiekun” – należy przez to rozumieć osobę pełniącą opiekę nad Uczestnikiem w czasie Imprezy np. rodzic, opiekun prawny, trener, nauczyciel.

### § 2.

#### Informacje ogólne.

1. Niniejszy Regulamin, zwany dalej Regulaminem, określa zasady uczestnictwa w Imprezie.
2. Impreza odbędzie się w Hali Widowiskowo-Sportowej „ERGO Arena” przy Placu Dwóch Miast 1, 80-344 Gdańsk, zwaną dalej „Obiektem”. Celem głównym Imprezy jest promocja dyscypliny oraz stworzenie możliwości aktywizacji ruchowej dzieci, **które nie posiadają licencji zawodniczej PZG**. Forma Imprezy ma zachęcić ćwiczących do długotrwałego uczestnictwa w aktywności gimnastycznej, zaszczepić potrzebę dbania o własne zdrowie i samopoczucie oraz poprawić sprawność i kondycję fizyczną oraz wspomagać nabór do klubów sportowych o profilu gimnastycznym.
3. Cele dodatkowe:
  - zwiększenie aktywności fizycznej społeczeństwa, w różnych grupach społecznych i środowiskowych,
  - pobudzanie aktywności obywatelskiej,
  - promowanie rozwoju sportu dla wszystkich i aktywności fizycznej wszystkich środowisk i grup społecznych,
  - promowanie prozdrowotnych, społecznych, wychowawczych i edukacyjnych wartości sportu,

- niwelowanie różnic dotyczących poziomu aktywności fizycznej w różnych środowiskach i grupach społecznych.
- 4. Udział w Imprezie jest bezpłatny.
- 5. Uczestnikami Imprezy mogą być osoby od 7 do 15 roku życia, które spełniły wszystkie warunki kwalifikacji do Imprezy.
- 6. Rekrutacja rozpocznie się od dnia, który wyznaczy Organizator na swojej stronie internetowej i jest otwarta do wyczerpania miejsc.
- 7. Data Imprezy została wyznaczona na 27.11.2024 r.
- 8. Przewidywana łączna liczba Uczestników wynosi ok. 800 osób. Organizator może zdecydować o zwiększeniu limitu Uczestników, jeśli zapewni im komfort i bezpieczeństwo zgodnie z przepisami BHP oraz Obiektu.
- 9. Konkurencje i zajęcia będą prowadzone przez Trenerów i Instruktorów zatrudnionych przez Organizatora.
- 10. Każdy „Koordynator” / „Ekspert” / „Trener” / „Instruktor” / „Animator” / „Sędzia” zobowiązani są do prowadzenia swoich konkurencji zgodnie z harmonogramem Imprezy i przepisami dostarczonymi przez Organizatora.
- 11. Ostateczny harmonogram Imprezy ustalany jest przez Organizatora i przesłany do Uczestników drogą elektroniczną i/lub będzie dostępny w biurze zawodów w dniu wydarzenia oraz na stronie internetowej PZG.
- 12. Organizator posiada ubezpieczenie OC w ramach swojej działalności statutowej oraz polisę NNW dla wszystkich uczestników Imprezy.

### § 3.

#### Zasady i przebieg zgłoszeń / uczestnicy.

1. Organizator umieści na stronie internetowej informacje o terminie rozpoczęcia zgłoszeń oraz prześle informacje do placówek oświatowych oraz klubów sportowych.
2. Do składania zgłoszeń zostanie uruchomiony system internetowy na stronie [www.pzg.pl](http://www.pzg.pl) Po dokonaniu zapisu kandydat otrzyma komunikat potwierdzający zgłoszenie.
3. Za zorganizowanie i sprawny przebieg procesu rekrutacji odpowiada Organizator.
4. Rekrutacja odbywa się następujący sposób:
  - Uczestnicy pochodzą z naboru otwartego polegającego na bezpośrednim zgłoszeniu zainteresowanych poprzez formularz rejestracyjny dostępny na stronie internetowej Imprezy oraz weryfikacji danych przez Organizatora,
  - o zakwalifikowaniu do Imprezy decyduje kolejność zgłoszeń. Organizator może przeprowadzić w dowolnym momencie dodatkową rekrutację w sytuacji rezygnacji z udziału któregoś z Uczestników.

5. Do udziału uprawnione są osoby, które spełniają następujące kryteria ogólne, stanowiące jednocześnie kryteria kwalifikowalności:
  - Uczestnikiem może być: dziecko, młodzież szkolna, która ukończyła 7 rok życia posiadająca odpowiednie zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do uprawiania sportu / lub posiadająca oświadczenie rodzica lub opiekuna prawnego (w tym nauczyciela lub trenera) o braku przeciwwskazań do udziału w aktywności fizycznego; oraz nie będący/a osobą z niepełnosprawnością,
  - Uczestnik niepełnoletni musi posiadać ze sobą podpisaną zgodę przez rodzica/prawnego opiekuna na udział w Imprezie (wzór zgody stanowi załącznik do Regulaminu) oraz zaakceptować w formularzu rejestracyjnym zgodę na udostępnienie swoich danych osobowych oraz wykorzystanie wizerunku na potrzeby Imprezy,
  - Opiekun musi dokonać rejestracji Uczestnika poprzez formularz na stronie internetowej.
6. Złożenie internetowego zgłoszenia opisanego w ust. 4 oznacza, że kandydat i jego rodzic/opiekun prawny zapoznał się z Regulaminem Imprezy, akceptuje jego zapisy i zobowiązuje się do ich przestrzegania. Złożenie przedmiotowej dokumentacji w biurze Imprezy jest warunkiem dopuszczenia dziecka do udziału w Imprezie.
7. Dopuszczenie do udziału w Imprezie odbywać się będzie na podstawie kompletnie uzupełnionej i podpisanej dokumentacji wymienionej w ust. 6 dostarczonej do biura Imprezy.
8. O zamknięciu bramki zgłoszeń decyduje Organizator.
9. W przypadku rezygnacji/wykluczenia Uczestnika, z udziału w Imprezie, miejsce zostaje odblokowane w systemie co daje możliwość rekrutacji dla kolejnych osób.
10. Organizator zamieści na stronie internetowej najistotniejsze informacje najpóźniej na 3 dni przed rozpoczęciem Imprezy.

#### § 4.

##### Warunki przystąpienia do udziału w Imprezie / Zasady Imprezy.

1. Uczestnik i/lub jego rodzic/prawny opiekun przed rozpoczęciem Imprezy zobowiązani są do:
  - posiadania dokumentu ze zdjęciem potwierdzającym tożsamość Uczestnika oraz badań lekarskich lub zaświadczeń o stanie zdrowia podpisanych przez rodziców/opiekunów prawnych,
  - złożenia w biurze Imprezy kompletnie wypełnionych dokumentów zgodnie z zapisem § 3 ust. 6,
  - posiadania odpowiedniego sprzętu sportowego do udziału w Imprezie, tj.:
    - dla dziewczynek: koszulka z krótkim rękawkiem, legginsy, skarpetki i klapki;
    - dla chłopców: koszulka z krótkim rękawkiem, krótkie spodenki, skarpetki i klapki.
  - odbioru przydzielonego pakietu startowego
  - odbioru karty Punktowej / karty startowej,
  - zapoznania się z regulaminem Obiektu oraz harmonogramem godzinowym Imprezy.

2. Zasady Imprezy:
  - uczestnik Imprezy (7-15 lat) ma szansę wziąć udział w 15 konkurencjach na których będzie mógł zdobywać punkty,
  - konkurencje są podzielone na 4 strefy: gimnastyka sportowa, gimnastyka artystyczna, trampolina, akrobatyka.
  - listę konkurencji z podziałem na kat. wiekowe i poszczególne dyscypliny określa załącznik nr 3 do Regulaminu,
  - w każdej konkurencji Uczestnik może zdobyć od 0-10 pkt (0 – niewykonanie zadania; 10 – zadanie wykonane bezbłędnie),
  - oceny wykonywanych zadań dokonują Eksperci/Trenerzy znajdujący się na każdej ze stacji.

## § 5.

### Sprawy organizacyjne / bezpieczeństwo.

1. Plan godzinowy załączony jest do harmonogramu – zał. nr 3, który będzie dostępny w biurze Imprezy. Plan godzinowy zawarty w harmonogramie zostanie zamieszczony na stronie internetowej Organizatora oraz na prośbę Uczestnika zostanie przesłany drogą elektroniczną do zakwalifikowanych Uczestników.
2. Uczestnicy zajęć zobowiązani są do przestrzegania Regulaminu Imprezy, regulaminu Obiektu oraz norm społecznych wobec innych osób.
3. W trakcie trwania Imprezy Uczestnik znajduje się pod opieką nauczyciela/trenera/instruktora. Opiekun jest zobowiązany do odebrania Uczestnika bezpośrednio po zakończeniu Imprezy lub złożenia pisemnego oświadczenia o samodzielnym powrocie do domu.
4. Uczestnik Imprezy ma prawo do odmowy wykonania konkurencji, gdy uzna, że jest ono niebezpieczne dla jego stanu zdrowia. Odmowa musi być zgłoszona do trenera lub instruktora odpowiedzialnego za grupę.
5. Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas trwania Imprezy.
6. Organizator zapewnia Uczestnikom pakiety startowe (gadżety), a w miarę możliwości drobny poczęstunek (np. owoce, wodę, ew. posiłek regeneracyjny etc.).
7. Organizator nie zobowiązuje się do pilnowania i przechowywania rzeczy pozostawionych na korytarzach i w szatniach, w których odbywają się zajęcia i nie ponosi żadnej odpowiedzialności za rzeczy pozostawione w tych pomieszczeniach oraz ich dalsze losy.
8. Organizator przeprowadzi fotorelację z Imprezy i opublikuje zdjęcia na stronie [www.pzg.pl](http://www.pzg.pl).
9. Uczestnicy zrzekają się wszelkich roszczeń odszkodowawczych względem Organizatora.

## § 6.

### Przetwarzanie danych osobowych.

1. Administratorem danych osobowych zebranych w trakcie prowadzenia rekrutacji do Imprezy jest Organizator - Polski Związek Gimnastyczny ul. Ratuszowa 11, 03-450 Warszawa.
2. Inspektorem Ochrony Danych wyznaczonym przez Organizatora jest Prezes Zarządu Pan Leszek Blanik, z którym możesz się skontaktować w sprawach ochrony swoich danych osobowych i realizacji swoich praw przez adres e-mail kontakt@pzg.pl lub pisemnie na adres naszej siedziby wskazany w pkt 1.
3. Przetwarzanie danych osobowych odbywać się będzie na zasadach przewidzianych w Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 roku w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych).
4. Dane osobowe będą przetwarzane w celu realizacji Imprezy na podstawie zgody Uczestnika a także w celach marketingowych.
5. Podanie danych osobowych ma charakter dobrowolny, ale jest niezbędne do udziału w Imprezie.
6. Uczestnikom Imprezy, którzy podają dane osobowe przysługuje prawo dostępu do treści swoich danych oraz z zastrzeżeniem przepisów prawa przysługuje prawo do:
  - a. sprostowania danych,
  - b. usunięcia danych,
  - c. ograniczenia przetwarzania danych,
  - d. przenoszenia danych,
  - e. wniesienia sprzeciwu,
  - f. cofnięcia zgody w dowolnym momencie.
7. Organizator będzie zbierał od uczestników następujące dane:
  - a. imię i nazwisko Uczestnika,
  - b. imię i nazwisko rodzica / opiekuna prawnego,
  - c. adres e-mail,
  - d. numer telefonu;
  - e. adres zamieszkania,
8. Uczestnik Imprezy zezwala na wykorzystanie jego imienia i nazwiska w celu informowania (także w mediach) o przebiegu Imprezy.
9. Organizator oświadcza, iż dane uczestników Imprezy nie będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany i nie będą poddawane profilowaniu.
10. Dane Uczestników Imprezy nie będą udostępniane podmiotom zewnętrznym z wyjątkiem przepisów przewidzianych przepisami prawa.

11. Dane Uczestników Imprezy będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji wyżej określonych celów.
12. Organizator stosuje środki techniczne i organizacyjne mające na celu należyte, odpowiednie do zagrożeń oraz kategorii danych objętych ochroną zabezpieczenia powierzonych danych osobowych. Organizator wdrożył odpowiednie środki, aby zapewnić stopień bezpieczeństwa odpowiadający ryzyku z uwzględnieniem stanu wiedzy technicznej, kosztu wdrożenia oraz charakteru, zakresu, celu i kontekstu przetwarzania oraz ryzyko naruszenia praw i wolności osób fizycznych o różnym prawdopodobieństwie wystąpienia i wadze zagrożenia. Organizator w szczególności uwzględnia ryzyko wiążące się z przetwarzaniem danych wynikające z:
  - a. przypadkowego lub niezgodnego z prawem zniszczenia,
  - b. utraty, modyfikacji, nieuprawnionego ujawnienia danych,
  - c. nieuprawnionego dostępu do danych osobowych przesyłanych, przechowywanych lub w inny sposób przetwarzanych.
13. Uczestnikom przysługuje prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego.
14. Akceptując Regulamin rodzic/opiekun prawny wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych wymienionych w niniejszym paragrafie.

## § 7.

### Postanowienia końcowe

1. Regulamin obowiązuje od czasu rozpoczęcia rekrutacji do udziału w Imprezie do czasu zakończenia Imprezy.
2. Regulamin udziału w Imprezie jest dostępny na stronie internetowej u Organizatora [www.pzg.pl](http://www.pzg.pl) oraz w biurze Imprezy.
3. W sprawach nieuregulowanych Regulaminem zastosowanie mają odpowiednie przepisy wynikające z właściwych aktów prawa wspólnotowego i polskiego, w szczególności ustawy z dnia 10 maja 2018 roku o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2019 r., poz. 1781).
4. Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.
5. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany Regulaminu bądź wprowadzenia dodatkowych postanowień w sytuacji zmian wytycznych, warunków realizacji Imprezy lub dokumentów imprezy.
6. Zmiana treści Regulaminu nastąpi poprzez wprowadzenie nowego Regulaminu.

## Załącznik nr 1 do Regulaminu Ogólnopolskiej Imprezy gimnastycznej „Gimnastyka dla Wszystkich”

### Deklaracja Uczestnictwa w Imprezie oraz kwestionariusz osobowy Uczestnika

#### DEKLARACJA UCZESTNICTWA

/Miejsce/: \_\_\_\_\_, /dnia/: \_\_\_\_\_

Deklaruję uczestnictwo mojej córki (podopiecznej) / mojego syna (podopiecznego) w Imprezie „Gimnastyka dla wszystkich”

Imię i nazwisko dziecka: \_\_\_\_\_

Data urodzenia dziecka: \_\_\_\_\_

Miejsce zamieszkania: \_\_\_\_\_

Imiona i nazwiska rodziców: \_\_\_\_\_

Telefony kontaktowe i e-mail:

- Mama/telefon: \_\_\_\_\_, e-mail: \_\_\_\_\_

- Tata/telefon: \_\_\_\_\_, e-mail: \_\_\_\_\_

- Inny opiekun /telefon: \_\_\_\_\_, e-mail: \_\_\_\_\_

Osoby upoważnione do odbioru dziecka:

- imię, nazwisko: \_\_\_\_\_, telefon: \_\_\_\_\_

- imię, nazwisko: \_\_\_\_\_, telefon: \_\_\_\_\_

Zaświadczam o braku przeciwwskazań u mojego dziecka/podopiecznego do udziału w aktywności fizycznej, a szczególnie ćwiczeniach i amatorskich zawodach gimnastycznych.

Niniejszym zrzekam się wszelkich roszczeń odszkodowawczych względem Organizatora.

.....  
Podpis rodzica/ opiekuna prawnego.



## Załącznik nr 2 do Regulaminu Ogólnopolskiej Imprezy gimnastycznej „Gimnastyka dla Wszystkich”

Zgoda na przetwarzanie danych osobowych oraz wykorzystanie wizerunku na potrzeby Imprezy „Gimnastyka dla Wszystkich”.

### OŚWIADCZENIE UCZESTNIKA IMPREZY O WYRAŻENIU ZGODY NA PRZETWARZANIE DANYCH OSOBOWYCH ORAZ WYKORZYSTANIE WIZERUNKU NA POTRZEBY IMPREZY

W związku z udziałem mojego dziecka/podopiecznego w Imprezie pt. „dzień z gimnastyką – ćwiczymy razem z wami” wyrażam zgodę na przetwarzanie moich i dziecka/podopiecznego danych osobowych zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 roku w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych).

Oświadczam, iż przyjmuję do wiadomości, że:

1. Administratorem danych osobowych zebranych w trakcie prowadzenia Imprezy jest Organizator - Polski Związek Gimnastyczny.
2. Moje i dziecka/podopiecznego dane osobowe będą przetwarzane wyłącznie w celu udzielenia wsparcia, realizacji Imprezy pt. „Gimnastyka dla Wszystkich” ewaluacji, kontroli, monitoringu i sprawozdawczości w ramach tej Imprezy, a także w celach promocyjnych.
3. Podstawą do przetwarzania danych osobowych jest zgoda na przetwarzanie danych osobowych.
4. Podanie danych jest dobrowolne, jednak konieczne do realizacji celów, do jakich zostały zebrane.
5. Dane nie będą udostępniane podmiotom zewnętrznym z wyjątkiem przypadków przewidzianych przepisami prawa.
6. Dane przechowywane będą przez okres niezbędny do realizacji wyżej określonych celów.
7. Posiada Pani/Pan prawo dostępu do treści danych oraz z zastrzeżeniem przepisów prawa: prawo ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo do wniesienia sprzeciwu, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie.
8. Dane osobowe nie będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany i nie będą poddawane profilowaniu.
9. Ma Pani/Pan prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego.
10. Wyrażam zgodę na nieodpłatne wykorzystanie wizerunku mojego dziecka/podopiecznego w publikacjach, w prasie oraz w internecie, jak również w przygotowanych przez PZG akcjach i materiałach promocyjnych i / lub reklamach wyłącznie na potrzeby Imprezy zgodnie

z ustawą z dnia 4 lutego 1994 roku o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. z 2022 r., poz. 2509 z późn.zm.). Wyrażenie zgody jest jednoznaczne z tym, że fotografie, filmy lub nagrania wykonane podczas Imprezy mogą zostać umieszczone na stronie internetowej PZG oraz wykorzystane w materiałach promocyjnych.

11. Wyrażam/nie wyrażam\* zgodę na przetwarzanie danych osobowych przez PZG w celach marketingowych oraz informowania drogą elektroniczną o wydarzeniach i akcjach specjalnych związanych z działalnością PZG.
12. Wyrażam/nie wyrażam\* zgodę na przetwarzanie danych osobowych przez Partnerów w celach marketingowych oraz informowania drogą elektroniczną o promocjach produktów i usług związanych z działalnością Partnerów

## Załącznik nr 3 do Regulaminu Ogólnopolskiej Imprezy gimnastycznej „Gimnastyka dla Wszystkich” – Harmonogram Imprezy

Impreza dzieli się na trzy części. Część pierwsza ( Cz. 1) i druga (Cz. 2) są dedykowane grupom zorganizowanym, szczególnie dzieciom ze szkół. Część trzecia (Cz. 3) jest dedykowana uczestnikom indywidualnym i klubom przy zachowaniu zasady opisanej w pkt. 2 § 2 niniejszego Regulaminu, a szczególnie tego, iż Impreza jest dedykowana **dzieciom, które nie posiadają licencji zawodniczej PZG.**

### **Cz. 1. IMPREZY (SZKOŁY) 9:00 – 14:55**

<b>9:00 – 9:55</b>	a) Rejestracja uczestników: klasy 1-4 i 5-8 b) Odbiór „Kart uczestnika” c) Zbiórka uczestników w wyznaczonym miejscu
<b>10:00 - 10:10</b>	Rozgrzewka: a) <u>Gimnastyka artystyczna</u> : plansza dla gimnastyki artystycznej b) <u>Gimnastyka sportowa kobiet i mężczyzn</u> : plansza dla gimnastyki sportowej c) <u>Akrobatyka sportowa</u> : plansza dla akrobatyki sportowej (filce) d) <u>Trampoliny</u> : ścieżka akrobatyczna + rozbiegi
<b>10:10 – 10:15</b>	Przygotowanie stacji do zawodów + podział uczestników/uczestniczek na poszczególne stacje z danej dyscypliny.
<b>10:15 – 11:35</b>	Stacje we wszystkich konkurencjach.
<b>11:35 – 11:40</b>	Dodatkowy czas na dokończenie stacji dla osób, które się spóźniły/nie zdążyły.
<b>11:40 – 11:55</b>	Zliczanie punktów/animacja czasu wolnego
<b>11:55 – 12:15</b>	Dekoracja uczestników/uczestniczek + wręczenie upominków

12:15 – 12:20	Przejście dzieci z Cz. I pod scenę
12:20 – 12:35	POKAZY

**\*trenerzy rozdzielają uczestników, którym przeprowadzali rozgrzewkę na 4 cztery stacje. Następnie każdy z trenerów przechodzi na stacje ze swojej dyscypliny (zaznacza, że najlepiej, jeśli najpierw wykonają wszystkie stacje z danej dyscypliny i dopiero później przejdą dalej)**

W przypadku wyczerpania miejsc, Organizator zastrzega sobie prawo zamknięcia zgłoszeń lub propozycji przepisania na kolejną część imprezy.

**Cz. 2. IMPREZY (SZKOŁY) 11:00 – 14:55**

11:00 – 12:10	a) Rejestracja uczestników: klasy 1-4 i 5-8 b) Odbiór „Kart uczestnika” c) Zbiórka uczestników w wyznaczonym miejscu
12:15 – 12:20	Przejsie dzieci z Cz. 2 pod scenę
12:20 – 12:35	POKAZY
12:35 – 12:40	Przejsie dzieci z Cz. 2 na przyrządy z danej dyscypliny
12:40 – 12:50	Rozgrzewka: a) <u>Gimnastyka artystyczna</u> : plansza dla gimnastyki artystycznej b) <u>Gimnastyka sportowa kobiet i mężczyzn</u> : plansza dla gimnastyki sportowej c) <u>Akrobatyka sportowa</u> : plansza dla akrobatyki sportowej (filce) d) <u>Trampoliny</u> : ścieżka akrobatyczna + rozbiegi
12:50 – 12:55	Przygotowanie stacji do zawodów + podział uczestników/uczestniczek na poszczególne stacje z danej dyscypliny*
12:55 – 14:15	Stacje we wszystkich konkurencjach
14:15 – 14:20	Dodatkowy czas na dokończenie stacji dla osób, które się spóźniły/nie zdążyły
14:20-14:35	Zliczanie punktów/animacja czasu wolnego

<b>14:35 – 14:55</b>	Dekoracja uczestników/uczestniczek + wręczenie upominków
<b>14:55 – 15:45</b>	PRZERWA TECHNICZNA

**\*trenerzy rozdzielają uczestników, którym przeprowadzali rozgrzewkę na 4 cztery stacje. Następnie każdy z trenerów przechodzi na stacje ze swojej dyscypliny (zaznacza, że najlepiej, jeśli najpierw wykonają wszystkie stacje z danej dyscypliny i dopiero później przejdą dalej)**

W przypadku wyczerpania miejsc, Organizator zastrzega sobie prawo zamknięcia zgłoszeń lub propozycji przepisania na kolejną część imprezy.

## POKAZY DLA UCZESTNIKÓW INDYWIDUALNYCH

### 16:40-16:55

<b>15:45-16:25</b>	ROZGRZEWKĄ OSÓB DO POKAZÓW (będzie hala boczna, gdzie można zrobić podstawową rozgrzewkę)
<b>16:25-16:35</b>	Przejście z hali bocznej na halę główną
<b>16:35-16:40</b>	PRZYGOTOWANIE SIĘ DO POKAZÓW
<b>16:40-16:55</b>	POKAZY

### Cz. 3. IMPREZY (UCZESTNICZY INDYWIDUALNI) 15:30 – 19:30

14

ORGANIZATOR



PROJEKT WSPÓLFINANSOWANY PRZEZ



PATRONATY



PARTNERZY



SPONSOR STRATEGICZNY PZG



<b>15:30 – 16:30</b>	A) Rejestracja uczestników: Kluby (wyczyn)/ indywidualne wejścia B) Odbiór „Kart uczestnika” C) Zbiórka uczestników w wyznaczonym miejscu
<b>16:35 – 16:40</b>	Przejście dzieci pod scenę
<b>16:40-16:55</b>	Pokazy
<b>16:55 – 17:00</b>	Przejście dzieci na płytę
<b>17:00 – 17:10</b>	Rozgrzewka: a) <u>Gimnastyka artystyczna</u> : plansza dla gimnastyki artystycznej b) <u>Gimnastyka sportowa kobiet i mężczyzn</u> : plansza dla gimnastyki sportowej c) <u>Akrobatyka sportowa</u> : plansza dla akrobatyki sportowej (filce) d) <u>Trampoliny</u> : ścieżka akrobatyczna + rozbiegi
<b>17:10 – 17:15</b>	Przygotowanie stacji do zawodów + podział uczestników/uczestniczek na poszczególne stacje z danej dyscypliny*
<b>17:15 – 18:35</b>	Stacje we wszystkich konkurencjach
<b>18:35 – 18:40</b>	Dodatkowy czas na dokończenie stacji dla osób, które się spóźniły/nie zdążyły
<b>18:40 – 18:55</b>	Zliczanie punktów/animacja czasu wolnego
<b>18:55– 19:15</b>	Dekoracja uczestników/uczestniczek + wręczenie upominków
<b>19:15 – 19:30</b>	ZAKOŃCZENIE IMPREZY