

PATVIRTINTA  
VšĮ „Sveikatos oazė“  
Direktorius 2020 m. birželio 5 d.  
Įsakymu Nr. TO-55

## ŠEIMOS ESTAFEČIŲ PLAUKIMO VARŽYBŲ „ŠEIMOS DIENA - 2020“ NUOSTATAI

### I. TIKSLAI

1. Skatinti fizinį aktyvumą šeimose, populiarinti plaukimą.
2. Skatinti šeimų narių ir šeimos draugų tarpusavio glaudžius dvasinius santykius ir skirtingų lyčių bei kartų darną, ugdati vaikus bei įtraukiant į šeimos aktyvų poilsį ir veiklą visas šeimos kartas.

### II. VARŽYBŲ VYKDYMAS, VIETA, LAIKAS

Varžybas organizuoja VšĮ „Sveikatos oazė“ kartu su Lietuvos kaimo sporto ir kultūros asociacija „Nemunas“ **2020 m. liepos 3 d.** Anykščių plaukimo baseine „Bangenis“, adresu Ažupiečių g. 1 A, Anykščiai.

**Varžybų pradžia - 17.00 val.** Atvykimas ir pasirengimas startui- 16.30 val.

### III. VARŽYBŲ DALYVIAI

Varžybose kviečiami dalyvauti bet kurios kartos santuokos ar giminystės ryšiais susiję Lietuvos Respublikos piliečiai ir jų šeimų nariai bei šeimų draugai. Šeimos plaukimo estafetės komanda gali būti mišri arba sudaryta iš tos pačios lyties asmenų. Komandos privalo turėti pavadinimą ir išsirinkti kapitonus, atstovausiančius komandą renginio metu.

Varžybų dalyviai rungtyniaus šiose grupėse:

**I grupė: Šeimos plaukimo estafetės komanda 2+1.** Komandą sudaro du suaugę (pilnamečiai) asmenys ir vienas vaikas (nepilnametis) arba šeimai pageidaujant, komandą gali sudaryti 1 suaugęs (pilnametis) ir 2 vaikai (nepilnamečiai).

**II grupė: Šeimos plaukimo estafetės komanda 1+1.** Komandą sudaro vienas suaugęs (pilnametis) asmuo ir vienas vaikas (nepilnametis).

### IV. VARŽYBŲ PROGRAMA

**1. Smagioji estafetė.** Organizatoriai pasilieka teisę estafetės rungtį atskleisti varžybų dieną.

**2. Greitoji estafetė (I grupė - 3x25 m , II grupė – 2x25 m)**

Kiekvienas komandos dalyvis turi nuplaukti 25 m laisvu stiliumi.

**Esant dideliame dalyvių skaičiui varžybų organizatoriai pasilieka teisę keisti varžybų rungčių pobūdį.**

Plaukimo estafečių varžybos vykdomos ir rezultatai skaičiuojami atskirose grupėse.

Komandų nariai privalo turėti plaukimo varžyboms tinkamus plaukimo kostiumus, kepurėles, sportinę aprangą ir varžybų metu baseino patalpose tinkamą avėti lengvą avalynę.

**Užtikrinant saugumą varžybų metu šokti į vandenį leidžiama tik nuo starto bokštelio, komandos nariai pradedantys startuoti priešingoje baseino pusėje (kur nėra starto bokštelio) plaukti pradeda atsispyrę nuo sienelės!!!**

Varžybų organizatoriai gali nustatyti kitą plaukimo varžybų tvarką, atsižvelgdami į šeimų komandų narių amžių, sportinį pajėgumą, varžybose dalyvaujančių komandų skaičių.

Po varžybų, apie 19.30 val. visus šeimų narius pakviesime pasidalinti varžybų įspūdžiais ir aptarti rezultatus prie kvapnios arbatos puodelio.

## V. APDOVANOJIMAS

Kiekvienoje grupėje komanda nugalėjo, taip pat komandos prizininkės (antra ir trečia vieta), apdovanojamos VšĮ „Sveikatos oazė“ ir rėmėjo Švietimo mokslo ir sporto ministerijos įsteigtais prizais, diplomais.

## VI. PARAIŠKOS

Komandinės paraiškos teikiamos iki 2020 m. liepos 1 d. 17.00 val. telefonu 8 62083544, elektroniniu paštu [info@sveikatosoaze.lt](mailto:info@sveikatosoaze.lt), atvykus į baseiną pas administratores.

Paraišką gali pateikti šeimų plaukimo estafetės komandos narys.

Šeimos startinis mokestis yra 3 Eur (šeimos nariai gali registruotis ir į abi grupes). Mokestis mokamas atvykus į varžybas.

Varžybų organizatoriai gavę komandos paraišką praneša komandos paraišką pateikusiam asmeniui apie komandos registraciją varžyboms.

Paraiškos pateikimas reiškia, kad varžybų dalyviai – šeimų estafečių komandų nariai sutinka, kad būtų viešai fotografuojami ir filmuojami varžybų metu.

Paraiškos pateikimas taip pat reiškia, kad visi varžybų dalyviai patvirtina asmeninę atsakomybę už savo ir visos komandos bendrąją sveikatos būklę varžybų metu. Už vaikų sveikatą atsako tėvai ar globėjai.

**Varžybų organizatoriai pasilieka teisę keisti ir pildyti varžybų nuostatus, apie tai informuodami dalyvius jų nurodytais kontaktais (el. paštu ar telefonu)**

Nuostatus parengė

Plaukimo instruktorė

Evelina Navašinskaitė +370 68491708, el. paštas: [evelina.ewan@gmail.com](mailto:evelina.ewan@gmail.com)

---

**REGISTRACIJOS LENTELĒ****I GRUPĒ (2+1)**

Komandos pavadinimas	
Komandos kapitonas	
Komandos nariai (vardas, pavardē/ gim. metai)	
Kontaktinis asmuo (vardas, pavardē, tel. Nr., el. paštas)	

**REGISTRACIJOS LENTELĒ****II GRUPĒ (1+1)**

Komandos pavadinimas	
Komandos kapitonas	
Komandos nariai (vardas, pavardē/ gim. metai)	
Kontaktinis asmuo (vardas, pavardē, tel. Nr., el. paštas)	