

**OLIMPIADA ŻŁOTEGO WIEKU**  
**SPORTOWE ZMAGANIA SENIORÓW**

**I. Cel**

Celem zawodów jest

- popularyzacja czynnego wypoczynku wśród senierek i seniorów
- propagowanie zdrowego stylu życia wśród osób starszych

**II. Organizator**

MOSiR Olecko

**III. Termin i miejsce zawodów**

Data: 14.04.2026 r. (wtorek), godz.: 10:00, miejsce: Hala Lega MOSiR Olecko

**IV. Zasady rozgrywania zawodów**

W zawodach biorą udział drużyny minimum 3-osobowe. Zawody odbędą się w 5 konkurencjach + quiz sportowy:

- 1) Zawodnik kozłuje piłką do koszykówki z punktu a do punktu b (jedną ręką, 3 zawodników).
- 2) Slalom pomiędzy pachotkami z kijem do unihokeja i piłeczką tenisową (3 zawodników)
- 3) Strzał do bramki z odległości (3 strzały – 3 zawodników)
- 4) Slalom pomiędzy tyczkami niosąc piłeczkę tenisową na rakiecie tenisowej (3 zawodników)
- 5) Rzut piłką lekarską 3 kg - technika dolna na odległość (3 zawodników – suma odległości)
- 6) Quiz – pytania od 1 do 30. Każda drużyna podaje numer pytania – prowadzący odczytuje. Prawidłowa odpowiedź – 5 punktów, zła odpowiedź – 0 punktów

**V. Uczestnicy**

W zawodach mogą brać udział seniorzy 65 +.

**VI. Termin i forma zgłoszeń**

Zgłoszenia przyjmowane są osobiście lub telefonicznie – tel. 87 520 20 48 w recepcji hali Lega do dnia 13.04.2026 r. (poniedziałek). Przy zapisach należy podać nazwę drużyny.

**VII. Punktacja**

- 1) W zależności od ilości drużyn będą przyznawane punkty
- 2) O zwycięstwie decyduje suma punktów zdobytych przez seniorki i seniorów

- 3) Jeżeli w danej konkurencji zgłosi się jedna drużyna to otrzymuje max punktów.

#### **VIII. Nagrody**

Nagrodami dla najlepszych drużyn I-III będą puchary/statuetki, pozostałe drużyny otrzymają dyplomy pamiątkowe.

#### **IX. Postanowienia końcowe**

- 1) Uczestnicy zobowiązują się do posiadania obuwia sportowego i aktualnego ubezpieczenia od nieszczęśliwych wypadków (NNW)
- 2) Protesty dotyczące zawodów mogą być wnoszone tylko w formie pisemnej przed zakończeniem zawodów.
- 3) Przystępując do zawodów uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz wykorzystanie wizerunku na zdjęciach i filmach.
- 4) Organizatorzy nie odpowiadają za zgubione rzeczy.
- 5) Organizator nie ponosi winy za wypadki powstałe z winy zawodników.
- 6) Organizatorzy mają prawo do zmiany i interpretacji powyższego regulaminu.