#### Regulamin Mistrzostw Polski Mastersów w łyżwiarstwie szybkim na dystansach w sezonie 2022/2023

1. Cel zawodów

Wyłonienie indywidualnych i drużynowych Mistrzów Polski Mastersów w łyżwiarstwie szybkim na dystansach i propagowanie łyżwiarstwa szybkiego jako aktywnej formy wypoczynku w każdym wieku.

1. Termin i miejsce zawodów

Mistrzostwa zostaną rozegrane w dniach 04.05.03.2023 roku w Tomaszowie Mazowieckim

1. Program zawodów

|  |  |
| --- | --- |
| 1 dzień zawodów | 2 dzień zawodów |
| 500m kobiety | 1500m kobiety |
| 500m mężczyźni | 1500m mężczyźni |
| 1000m kobiety | Bieg drużynowy kobiet |
| 3000m mężczyźni | Bieg drużynowy mężczyzn |

1. Uczestnictwo

* W zawodach mają prawo startu zawodniczki i zawodnicy posiadający polskie obywatelstwo i ważną licencję PZŁS, niezależnie od klasy sportowej.
* Wszyscy startujący musza posiadać ważne badania lekarskie lub wypełnić przed startem oświadczenie o stanie swojego zdrowia
* Kategorie wiekowe:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **K30/M30** | urodzeni pomiędzy | 01.07.1987 | a | 30.06.1992 |
| **K35/M35** | urodzeni pomiędzy | 01.07.1982 | a | 30.06.1987 |
| **K40/M40** | urodzeni pomiędzy | 01.07.1977 | a | 30.06.1982 |
| **K45/M45** | urodzeni pomiędzy | 01.07.1972 | a | 30.06.1977 |
| **K50/M50** | urodzeni pomiędzy | 01.07.1967 | a | 30.06.1972 |
| **K55/M55** | urodzeni pomiędzy | 01.07.1962 | a | 30.06.1967 |
| **K60/M60** | urodzeni pomiędzy | 01.07.1957 | a | 30.06.1962 |
| **K65/M65** | urodzeni pomiędzy | 01.07.1952 | a | 30.06.1957 |
| **K70/M70** | urodzeni pomiędzy | 01.07.1947 | a | 30.06.1952 |
| **K75/M75** | urodzeni pomiędzy | 01.07.1942 | a | 30.06.1947 |
| **K80/M80** | urodzeni pomiędzy | 01.07.1937 | a | 30.06.1942 |

*\* dalej co 5 lat*

* Dopuszcza się do udziału wszystkich, którzy na dzień 30.06.2022 r. ukończyli 30 lat i nie startują w imprezach objętych współzawodnictwem PZŁS (poza imprezami dla Mastersów).
* Nie ma wymogu 3 lat przerwy od skończenia kariery zawodniczej. Startować mogą wszyscy amatorzy lubiący jeździć na panczenach i byli zawodnicy.

1. Zgłoszenia i opłaty startowe

* Zawodnicy klubowi muszą być zgłoszeni przez swoje kluby za pośrednictwem elektronicznego Panelu PZŁS.
* Zawodnicy niezrzeszeni muszą wysłać zgłoszenie drogą mailową na adres [adam.lefler@pzls.pl](mailto:adam.lefler@pzls.pl) z podaniem swojego Imienia, Nazwiska, daty urodzenia oraz dystansów, na których chcą startować.
* Wszyscy zawodnicy zgłaszający się do MP zobowiązani są do uiszczenia opłaty startowej w wysokości **60 złotych**. Opłaty należy dokonać **do dnia 05.02.2023 r**. i przesłać potwierdzenie na adres [adam.lefler@pzls.pl](mailto:adam.lefler@pzls.pl).
* Zgłoszenia do biegu drużynowego będą weryfikowane na miejscu u Komisji Sędziowskiej.

1. Sposób przeprowadzania zawodów

Zawody zostaną przeprowadzone wg Przepisów ISU i IMSSC.

Bieg drużynowy rozegrany będzie tylko w przypadku zgłoszenia się minimum trzech drużyn. Drużyny   
3-osobowe bez podziału na kategorie wiekowe. Startuje 3 zawodników z tego samego klubu lub w razie braku pełnego składu drużyna nieklubowa. Bieg drużynowy jest rozgrywany na torze wewnętrznym, na dystansie 6 okrążeń dla kobiet i 8 okrążeń dla mężczyzn. Start drużyn odbywa się na dwóch przeciwległych prostych w połowie długości toru. Do mety musi dojechać cała drużyna i liczy się czas ostatniego zawodnika drużyny. Każda drużyna jedzie tylko jeden raz.

1. Nagrody

* Klasyfikacja na każdym dystansie kobiet i mężczyzn będzie oddzielna dla każdej grupy wiekowej.
* Każdy uczestnik otrzymuje medal pamiątkowy Mistrzostw Polski Mastersów 2022/23.
* I miejsce w każdej kategorii wiekowej kobiet i mężczyzn na każdym dystansie – tytuł Mistrza Polski Mastersów.
* I-III miejsce w każdej kategorii wiekowej kobiet i mężczyzn na każdym dystansie – dyplomy i medale MP Masters.
* IV-VI miejsce w każdej kategorii wiekowej kobiet i mężczyzn na każdym dystansie - dyplomy
* Wręczenie nagród odbędzie się po zakończeniu drugiego dnia Mistrzostw.
* Medale i dyplomy zabezpiecza PZŁS.

1. Bezpieczeństwo zawodów:

* Organizator MP Masters zapewnia zabezpieczenie medyczne na cały okres trwania zawodów.
* Organizator MP Masters musi obowiązkowo posiadać ubezpieczenie OC zawodów.
* Wszyscy zawodnicy musza posiadać ubezpieczenie NNW.

1. Postanowienia końcowe:

* Organizator MP Masters zobowiązany jest do przesłania wyników zawodów pocztą elektroniczną na adres email: [domtel@domtel.pl](mailto:domtel@domtel.pl) oraz [adam.lefler@pzls.pl](mailto:adam.lefler@pzls.pl).
* Protokół z zawodów powinien być wysłany w wersji Pdf zawierającej:
* listę sędziów z numerem licencji;
* listę zawodników z numerem licencji;
* wyniki zawodów;
* W sprawach - nie objętych w przedmiotowym „Regulaminem…” - decyduje Komisja Odwoławcza wyznaczona przez PZŁS.