



***REGULAMIN ZAWODÓW CENTRALNYCH
2025/2026***

TOR DŁUGI

Warszawa, wrzesień 2025 r.

SPIS TREŚCI

Zasady ogólne przeprowadzania zawodów w ramach	- 3 -
kalendarza zawodów centralnych PZŁS	- 3 -
Regulamin XXXIX Mistrzostw Polski na dystansach,.....	- 5 -
Młodzieżowych Mistrzostw Polski na dystansach	- 5 -
<i>Młodzieżowe Mistrzostwa Polski na Dystansach</i>	- 6 -
Regulamin XCII Mistrzostw Polski w Wieloboju	- 7 -
Regulamin XLIV Mistrzostw Polski w wieloboju sprinterskim	- 8 -
Regulamin XXX O.O.M. i LXXVI Mistrzostw Polski Juniorów.....	- 9 -
Regulamin XII Mistrzostw Polski Młodzików „Srebrna łyzwa”	- 11 -
Regulamin cyklu zawodów PGE PUCHAR POLSKI	- 13 -
Regulamin Ogólnopolskich zawodów dzieci.....	- 15 -

ZASADY OGÓLNE PRZEPROWADZANIA ZAWODÓW W RAMACH
KALENDARZA ZAWODÓW CENTRALNYCH PZŁS

1. Organizatorem wszystkich imprez centralnych jest Polski Związek Łyżwiarstwa Szybkiego oraz działające z jego upoważnienia OZŁS-y lub Kluby. Imprezy centralne PZŁS mogą być zlecane do realizacji OZŁS lub Klubowi, na których ciąży obowiązek przestrzegania wszystkich przepisów prawa w zakresie organizacji imprez.
2. Zgłoszenia do zawodów dokonywane są za pośrednictwem elektronicznego systemu zgłoszeń PZŁS. Wszyscy zawodnicy zobowiązani są do posiadania ważnych badań lekarskich wystawionych przez lekarza uprawnionego do orzekania w sporcie zgodnie z aktualnym rozporządzeniem Ministra Zdrowia.
3. **Kluby zobowiązuje się do zamieszczenia w panelu licencyjnym PZŁS kopii ważnych badań lekarskich dla każdego zawodnika. Brak ważnych badań lekarskich może uniemożliwić zgłoszenie zawodnika do zawodów. Odpowiedzialność za wszystkie zamieszczone w panelu informacje spoczywa na klubach.**
4. **Badania potwierdzone w systemie licencyjnym uznaje się za ważne bez konieczności weryfikacji dokumentów przez Komisję Sędziowską przed zawodami.**
5. Weryfikacja zgłoszeń odbywa się w przeddzień zawodów. W szczególnie ważnych przypadkach, po uprzednim zgłoszeniu do organizatora, można weryfikować zawodnika na godzinę przed startem pierwszej konkurencji. Zobowiązuje się sędziego weryfikującego zawodników do sporządzenia listy startowej z umieszczeniem dokładnej daty urodzenia, nr licencji oraz nazwy klubu.
6. Wycofanie zawodnika po weryfikacji skutkuje dodatkową opłatą w wysokości 30 zł za każdy dystans - chyba, że zawodnik lub trener przedstawi zaświadczenie lekarskie o niezdolności zawodnika do startu. **Druk wycofania oraz przywrócenia zawodnika do zawodów znajduje się w zakładce „DRUKI” na stronie PZŁS.pl.** Każdy klub zobowiązuje się do podania zmian na kolejny dzień do 20 minut po zakończeniu ostatniego biegu w danym dniu zawodów oraz o obowiązku podania ilości i wstępnego składu drużyn na dzień przed rozgrywaniem konkurencji.
7. Zawodnik ma prawo reprezentować w całym sezonie jedynie klub, który wykupił dla niego licencję.
8. Biegi dodatkowe (biegi drużynowe i masowe) OZD zaliczane są do klasyfikacji klubowej i szkolnej.
9. Kategorie wiekowe, jakie obowiązują w sezonie 2025/2026 zgodnie z systemem współzawodnictwa sportowego PZŁS oraz zgodnie z § 108 przepisów ISU przedstawiają się następująco:

Kategorie wiekowe w sezonie 2025/2026

Seniorzy:

Kat. S urodzeni do 30.06.2002

Młodzieżowcy:

Kat. M4 urodzeni od 01.07.2002 do 30.06.2003

Kat. M3 urodzeni od 01.07.2003 do 30.06.2004

Kat. M2 urodzeni od 01.07.2004 do 30.06.2005

Kat. M1 urodzeni od 01.07.2005 do 30.06.2006

Juniorzy:

Kat. A2 urodzeni od 01.07.2006 do 30.06.2007

Kat. A1 urodzeni od 01.07.2007 do 30.06.2008

Juniorzy młodszy:

Kat. B2 urodzeni od 01.07.2008 do 30.06.2009

Kat. B1 urodzeni od 01.07.2009 do 30.06.2010

Młodzicy:

Kat. C2 urodzeni od 01.07.2010 do 30.06.2011

Kat. C1 urodzeni od 01.07.2011 do 30.06.2012

Dzieci:

Kat. D2 urodzeni od 01.07.2012 do 30.06.2013

Kat. D1 urodzeni od 01.07.2013 do 30.06.2014

Kat. E2 urodzeni od 01.07.2014 do 30.06.2015

Kat. E1 urodzeni od 01.07.2015 do 30.06.2016

Kat. F2 urodzeni od 01.07.2016 do 30.06.2017

10. Organizator każdych zawodów rozgrywanych w kraju, zobowiązany jest do przesłania wyników zawodów pocztą elektroniczną na adres email: domtel@domtel.pl oraz 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, warunki pogodowe podczas zawodów i zdjęcia z zawodów.
11. Obsadę sędziowską na stanowiska Sędziego Głównego, Startera, Przewodniczącego mierzących czas elektronicznie i Przewodniczącego mierzących czas ręcznie powołuje Przewodniczący Kolegium Sędziów po akceptacji Prezesa PZŁS. Pozostałych Sędziów powołuje Kolegium według własnego uznania.
12. Wszyscy sędziowie obsługujący zawody muszą posiadać aktualną licencję sędziego.
13. Kierownik zespołu-trener- biorący udział w zawodach za granicą, zobowiązany jest do przesłania protokołu zawodów pocztą elektroniczną na adresy podane w punkcie 10 lub podanie lokalizacji wyników na stronach internetowych.
14. W zawodach centralnych (współorganizowanych przez PZŁS) zabrania się zawodnikom startowania w jakichkolwiek strojach reprezentacyjnych. Złamanie tej zasady będzie skutkowało dyskwalifikacją zawodników. Zapis dotyczy wszystkich rozgrywanych konkurencji.
15. Obowiązkowym wyposażeniem każdego zawodnika jest opaska na ramię - odpowiadająca torowi, na którym startuje zawodnik.
16. W zawodach: Mistrzostwa Polski Seniorów i Juniorów, OOM, Mistrzostwa Polski Młodzików „Srebrna Łyżwa” dystanse 1500 m i dłuższe rozgrywane będą w kwartetach. W zawodach MPJ i OOM oraz MPM dopuszcza się kwartety od biegu na 1000m. W Pucharze Polski i OZD dopuszcza się kwartety od biegu na 500m.
17. Zawodnicy grup szkolenia centralnego mają prawo startu we wszystkich zawodach organizowanych w kraju.
18. Zawodników kategorii Masters (weterani) posiadających aktualną licencję dopuszcza się do startu we wszystkich zawodach rozgrywanych w kraju (poza konkursem) po uprzednim podpisaniu oświadczenia startu na własną odpowiedzialność i braku przeciwwskazań do udziału w zawodach.
19. Ewentualne nagrody pieniężne wymienione w „Regulaminie Zawodów Centralnych” podane są w kwotach brutto i będą wypłacane przez PZŁS w **przypadku posiadania na ten cel środków**.
20. Medale na imprezy mistrzowskie zabezpiecza PZŁS.
21. Każdy organizator musi obowiązkowo posiadać ubezpieczenie OC imprezy.
22. Wszyscy zawodnicy muszą posiadać ubezpieczenie NNW.
23. Prawo startu w zawodach mistrzowskich mają zawodnicy, którzy spełniają jeden z poniższych warunków:
 - a) Posiadają Obywatelstwo polskie lub Kartę Polaka
 - b) Decyzją Zarządu PZŁS prawo startu ma zawodnik nie spełniający warunków powyższego punktu, ale reprezentujący Polskę na MŚ i ME czy Pucharach Świata.
 - c) W szczególnych przypadkach Zarząd ma prawo dopuścić zawodnika niespełniającego powyższych warunków po przeanalizowaniu indywidualnej sytuacji zawodnika
24. Prawo interpretacji niniejszego regulaminu przysługuje Zarządowi PZŁS.

**REGULAMIN XL MISTRZOSTW POLSKI NA DYSTANSACH,
MŁODZIEŻOWYCH MISTRZOSTW POLSKI NA DYSTANSACH**

1. Cel zawodów

Wyłonienie indywidualnych Mistrzów Polski oraz Młodzieżowych Mistrzów Polski na poszczególnych dystansach kobiet i mężczyzn. Przegląd czołówki zawodników pod kątem startów w Pucharach Świata, Mistrzostwach Europy i Świata.

2. Termin i miejsce zawodów

Mistrzostwa zostaną rozegrane w dniach 23-26 października 2025 roku w Tomaszowie Maz.

3. Program zawodów

<u>1 dzień</u>	<u>2 dzień</u>	<u>3 dzień</u>	<u>4 dzień</u>
16:00	16:00	10:00	10:00
500m kobiet 500m mężczyzn 3000m kobiet 5000m mężczyzn	1000m kobiet 1000m mężczyzn Bieg masowy kobiet Bieg masowy mężczyzn	1500m kobiet 1500m mężczyzn Bieg drużynowy kobiet Bieg drużynowy mężczyzn	5000m kobiet 10000m mężczyzn TS kobiet TS mężczyzn

4. Uczestnictwo

W zawodach prawo startu mają zawodniczki i zawodnicy od kategorii C1 i starsi posiadający klasę sportową drugą lub wyższą oraz ważną licencję zawodnika. Zawodnik może wystartować na dystansie, na którym posiada odpowiednią klasę sportową oraz na dystansie bezpośrednio krótszym i/lub dłuższym. Młodzieżowcy mają prawo startu niezależnie od posiadanej klasy. W biegu drużynowym i sprincie drużynowym prawo startu ma jeden zawodnik bez klasy pod warunkiem, że pozostali zawodnicy mają co najmniej drugą klasę sportową i startują indywidualnie na dystansie podczas Mistrzostw.

5. Sposób przeprowadzenia zawodów

Zawody zostaną przeprowadzone wg. poniższych wytycznych:

5.1. Zawodnicy będą rozlosowani na podstawie najlepszych wyników uzyskanych w sezonie 2024/2025 lub w sezonie 2025/2026 na poszczególnych dystansach. Zawodnicy nie posiadający czasów zostaną rozlosowani w pierwszych parach na każdym dystansie.

5.2. Zgłoszeni i zweryfikowani zawodnicy/czki do wszystkich biegów będą rozlosowani na podstawie losowania w grupach.

GRUPA I - 4 zawodników/czek z najlepszymi czasami,

GRUPA II - 4 zawodnicy legitymujący się czasami 5-8,

GRUPA III - 4 zawodnicy legitymujący się czasami 9-12,

GRUPA IV - 4 zawodnicy legitymujący się czasami 13-16,

GRUPA V i GRUPA VI kolejne na podstawie losowań w czwórkach

5.3. Biuro zawodów zobowiązane jest do sporządzenia dwóch protokołów oddzielnie dla Mistrzostw Polski na Dystansach oraz Młodzieżowych Mistrzostw Polski na Dystansach.

5.4. Bieg masowy

Konkurencja zostanie rozegrana przy zgłoszeniu minimum 3 zawodników/zawodniczek. W biegu masowym obowiązuje strój, przygotowanie sprzętu (m.in. płóz) oraz wyposażenie zawodnika określone w komunikacie ISU nr 2584 i 2586.

5.5. Sprint drużynowy, bieg drużynowy

W konkurencjach drużynowych (b. drużynowy i sprint drużynowy) obowiązuje strój, przygotowanie sprzętu (m.in. płóz) oraz wyposażenie zawodnika określone w komunikacie ISU nr 2584 i 2586.

- 5.6. Jeśli zawodnik nie wystartuje (DNS), nie będzie uprawniony do udziału w innym dystansie tego samego dnia, a żaden rezerwowy nie będzie mógł go zastąpić w innych dystansach tego dnia zgodnie z przepisem **245.1.e**
- 5.7. Jeśli wycofanie się z przyczyn niemedycznych zostanie zgłoszone w ciągu 60 minut przed startem danego dystansu, zawodnik nie będzie mógł startować w żadnym innym dystansie tego samego dnia.
- 5.8. Po opublikowaniu losowania, wszelkie zmiany wynikające z wycofania się zawodnika będą dokonywane zgodnie z przepisami ISU 239 i 245, tj. z zastosowaniem metody przesunięcia względem toru.

6. **Nagrody:**

Zwycięzcy biegów na poszczególnych dystansach /biegu drużynowego/ biegu masowym otrzymują tytuł Mistrza/Mistrzyni Polski na każdym dystansie /w biegu drużynowym/ w biegu masowym na sezon 2025/2026.

Za miejsca I – III na każdym dystansie oraz w biegu drużynowym i sprincie drużynowym zawodnicy/czki otrzymują medale. Medal otrzymuje również trener klubowy Mistrza Polski przypisany do niego w panelu zgłoszeń PZŁS.

Warunkiem otrzymania nagród i przyznania tytułu Mistrza Polski jest sklasyfikowanie (ukończenie) minimum 10 zawodników (czek) w konkurencji indywidualnej (nie dotyczy biegu 5000 m kobiet i 10000 m mężczyzn) i minimum 4 drużyn z różnych klubów.

Nagrody pieniężne będą wypłacane, jeśli będą na to środki. Wysokość nagród zostanie ustalona uchwałą Zarządu.

MŁODZIEŻOWE MISTRZOSTWA POLSKI NA DYSTANSACH

Klasyfikacja MMP za poszczególne dystanse zostanie sporządzona na podstawie wyników MP na Dystansach. Nie będzie sporządzona odrębna klasyfikacja MMP w biegu ze startu wspólnego.

Zawodniczki i zawodnicy zdobywają punkty dla Klubu zgodnie z punktacją w tabelach poniżej (jednak nie więcej niż za trzy, najwyżej punktowane dystanse):

Dystanse 500m, 1000m, 1500m kobiet i mężczyzn

Miejsce	1	2	3	4	5	6	łącznie
Punkty	25	21	17	10	4	2	79

Dystanse 3 000m i 5 000m kobiet oraz 5 000m i 10 000m mężczyzn

Miejsce	1	2	3	4	łącznie
Punkty	25	21	17	10	73

Prawo startu mają młodzieżowcy niezależnie od posiadanej klasy sportowej.

Zawodnicy zostaną rozlosowani na podstawie najlepszych wyników uzyskanych w sezonie 2024/2025 lub w sezonie 2025/2026 na poszczególnych dystansach. Zawodnicy nie posiadający czasów zostaną rozlosowani w pierwszych parach na każdym dystansie.

Każdy zawodnik musi posiadać ważną licencję zawodniczą PZŁS, aktualne badania lekarskie oraz numer PESEL. Za miejsca I – III na każdym dystansie zawodnicy/czki otrzymują medale.

Podstawą zaliczenia punktacji w ramach Młodzieżowych Mistrzostw Polski jest ostateczne sklasyfikowanie minimum czterech zawodników.

REGULAMIN XCIII MISTRZOSTW POLSKI W WIELOBOJU

1. Cel zawodów

Wyłonienie indywidualnych Mistrzów Polski w wieloboju za sezon 2025/2026.

2. Termin i miejsce zawodów

Mistrzostwa zostaną rozegrane w dniach 14-15 marca 2026 w Tomaszowie Maz.

3. Program zawodów

<u>1 dzień</u>	<u>2 dzień</u>
10:00	10:00
500 m kobiety 500 m mężczyźni 3 000 m kobiety 5 000 m mężczyźni	1500 m kobiety 1500 m mężczyźni 5 000 m kobiety 10 000 m mężczyźni

4. Uczestnictwo

W zawodach mają prawo startu zawodniczki i zawodnicy kategorii C1 i starsi posiadający klasę sportową drugą lub wyższą na jednym z rozgrywanych dystansów oraz ważną licencję zawodnika.

5. Sposób przeprowadzenia zawodów

Zawody zostaną przeprowadzone wg przepisów ISU dotyczących rozgrywania zawodów § 240 pkt. 1-3 „Przepisów ISU; (w czwartym biegu mają prawo startu wszyscy zawodnicy).

Zawodnicy zostaną rozlosowani na podstawie aktualnych wyników uzyskanych w sezonie 2025/2026 na poszczególnych dystansach (wyniki uzyskane od 01.07.2025).

5.1. Ostateczną decyzję o podziale na grupy, w zależności od liczby zawodników zgłoszonych do danej konkurencji, podejmie Sędzia Główny (§ 239 „Przepisów ISU”) (Losowanie w czwórkach).

5.2. Zestawienie par do trzeciego dystansu będzie oparte o ranking ogólnej liczby punktów po dwóch biegach. Jeśli kilku łyżwiarzy ma tyle samo punktów, za lepszego uznaje się zawodnika, który na pierwszym dystansie miał lepszy czas.

5.3. Kolejność startowa par ma być odwrotna do kolejności rankingowej: łyżwiarze sklasyfikowani jako 1 i 2 będą jechali, jako ostatnia para, 3 i 4 jako przedostatnia itd.

5.4. Jeśli zawodnik nie wystartuje (DNS), nie będzie uprawniony do udziału w innym dystansie tego samego dnia, a żaden rezerwowy nie będzie mógł go zastąpić w innych dystansach tego dnia zgodnie z przepisem **245.1.e**

5.5. Jeśli wycofanie się z przyczyn niemedycznych zostanie zgłoszone w ciągu 60 minut przed startem danego dystansu, zawodnik nie będzie mógł startować w żadnym innym dystansie tego samego dnia.

6. Nagrody:

Zwycięzcy wieloboju otrzymują tytuł Mistrza/Mistrzyni Polski w Wieloboju za sezon 2025/2026.

Za miejsca I-III w punktacji wielobojowej zawodniczki i zawodnicy otrzymują medale. Warunkiem otrzymania powyższych nagród jest sklasyfikowanie minimum 10 zawodników/czek w wieloboju.

Nagrody pieniężne będą wypłacane, jeśli będą na to środki. Wysokość nagród zostanie ustalona Uchwałą Zarządu.

REGULAMIN XLIV MISTRZOSTW POLSKI W WIELOBOJU SPRINTERSKIM

1. Cel zawodów

Wyłonienie indywidualnych Mistrzów Polski w wieloboju sprinterskim na sezon 2025/2026.

2. Termin i miejsce zawodów

Mistrzostwa zostaną rozegrane w dniach 14-15 marca 2026 w Tomaszowie Maz.

3. Program zawodów

<u>1 dzień</u>	<u>2 dzień</u>
10:00	10:00
500m kobiet	500m kobiet
500m mężczyzn	500m mężczyzn
1000m kobiet	1000m kobiet
1000m mężczyzn	1000m mężczyzn

4. Uczestnictwo

W zawodach mają prawo startu zawodniczki i zawodnicy kategorii C1 i starsi posiadający klasę sportową drugą lub wyższą na jednym z rozgrywanych dystansów oraz ważną licencję zawodnika.

5. Sposób przeprowadzenia zawodów

Zawody zostaną przeprowadzone wg przepisów ISU dotyczących rozgrywania zawodów § 240 pkt. 4 „Przepisów ISU; (w czwartym biegu mają prawo startu wszyscy zawodnicy) (Losowanie w czwórkach). Zawodnicy zostaną rozlosowani na podstawie aktualnych wyników uzyskanych w sezonie 2025/2026 na poszczególnych dystansach (wyniki uzyskane od 01.07.2026).

Ostateczną decyzję o podziale na grupy, w zależności od liczby zawodników zgłoszonych do danej konkurencji, podejmie Sędzia Główny (§ 239 „Przepisów ISU”). Zestawienie par do trzeciego dystansu będzie oparte o ranking ogólnej liczby punktów po dwóch biegach. Jeśli kilku łyżwiarzy ma tyle samo punktów, za lepszego uznaje się zawodnika, który na pierwszym dystansie miał lepszy czas.

5.1. Kolejność startowa par ma być odwrotna do kolejności rankingowej: łyżwiarze sklasyfikowani jako 1 i 2 będą jechali jako ostatnia para, 3 i 4 jako przedostatnia itd.

5.2. W wieloboju sprinterskim tworzenie par dla trzeciego i czwartego dystansu musi odbywać się na podstawie rankingu punktowego odpowiednio po dwóch i trzech dystansach. Skład par będzie ustalony w taki sposób, aby drugiego dnia wszyscy zawodnicy/czki zmienili swój tor startowy.

5.3. Jeśli zawodnik nie wystartuje (DNS), nie będzie uprawniony do udziału w innym dystansie tego samego dnia, a żaden rezerwowy nie będzie mógł go zastąpić w innych dystansach tego dnia zgodnie z przepisem **245.1.e**

5.4. Jeśli wycofanie się z przyczyn niemedycznych zostanie zgłoszone w ciągu 60 minut przed startem danego dystansu, zawodnik nie będzie mógł startować w żadnym innym dystansie tego samego dnia.

6. Nagrody:

Zwycięzcy wieloboju otrzymują tytuł Mistrza/Mistrzyni Polski w wieloboju sprinterskim na sezon 2025/2026. Za miejsca I-III w punktacji wielobojowej zawodniczki i zawodnicy otrzymują medale. Warunkiem otrzymania powyższych nagród jest sklasyfikowanie minimum 10 zawodników/czek w wieloboju.

Nagrody pieniężne będą wypłacane, jeśli będą na to środki. Wysokość nagród zostanie ustalona Uchwałą Zarządu.

REGULAMIN XXX O.O.M. i LXXVI MISTRZOSTW POLSKI JUNIORÓW

1. Cel zawodów

Aktywizacja Klubów do pracy z młodzieżą oraz wyłonienie Mistrzów Polski w kategorii Juniorów młodszych i Juniorów.

2. Termin i miejsce zawodów

Mistrzostwa zostaną rozegrane w dniach 6-8 lutego 2026 roku w Tomaszowie Maz.

3. Program zawodów

<u>1 dzień</u>	<u>2 dzień</u>	<u>3 dzień</u>
500 m kobiet 500 m mężczyzn 1500 m kobiet 3 000 m mężczyzn	1000m kobiet 1500m mężczyzn Bieg drużynowy kobiet (6 okr) Bieg drużynowy mężczyzn (8 okr)	1000m mężczyzn 3 000 kobiet 5 000m mężczyzn Bieg masowy kobiet (10 okr) Bieg masowy mężczyzn (10 okr)

4. Uczestnictwo

4.1. W zawodach mają prawo startu zawodniczki i zawodnicy:

JUNIORZY urodzeni pomiędzy 01.07.2006 r. a 30.06.2008 r.

JUNIORZY MŁODSI urodzeni pomiędzy 01.07.2008 r. a 30.06.2010 r.

zgłoszeni wg listy rankingowej PZŁS **na podstawie wyników sezonu 2025/2026** (decyduje wynik na dowolnym dystansie uzyskany do **niedzieli poprzedzającej start** r. (włącznie) udokumentowany na platformie DOMTEL).

Do listy rankingowej OOM i MPJ zaliczają się wyniki uzyskane wyłącznie na torach krajowych.

Prawo startu w zawodach mają 64 zawodniczki i zawodnicy (łącznie w kat. juniorów i juniorów młodszych). Listę uczestników zatwierdza Zarząd PZŁS.

4.2. Każdy zawodnik musi posiadać ważną licencję zawodniczą PZŁS, aktualne badania lekarskie oraz numer PESEL.

4.3. Listy uprawnionych do startu zawodniczek i zawodników sporządzone zostaną przez PZŁS na 10 dni przed rozpoczęciem zawodów. Na 5 dni przed rozpoczęciem zawodów listy zostaną zamknięte. Lista uprawnionych do startu oraz kolejność dobierania zawodników z listy rezerwowej stworzone zostaną z uwzględnieniem:

- 1) maksymalnego wykorzystania punktów SSM w każdej kategorii (zgodnie z powyższą punktacją)
- 2) możliwie równej liczby kobiet i mężczyzn w rywalizacji
- 3) poziomu sportowego wg. współczynnika jak w JST

5. Sposób przeprowadzenia zawodów

Zawody przeprowadzone zostaną wg przepisów ISU § 240 pkt.5 dotyczących rozgrywania zawodów na poszczególnych dystansach (Losowanie w czwórkach). Zawodnikom, którzy wystartują na dystansach stanowiących wielobój (K: 500, 1000, 1500 i 3000m; M: 500, 1500, 3000 i 5000m) zostaną wyliczone punkty wielobojowe, a najlepszym przyznane tytuły i medale.

Ósemka najlepszych zawodników po 3 dystansach zostanie rozlosowana w ostatnich dwóch kwartetach (bez względu na to czy zawodnik ma wynik na najdłuższym dystansie).

Zawodnicy będą rozlosowani na podstawie aktualnych wyników uzyskanych w sezonie 2025/2026 na poszczególnych dystansach.

5.1 Bieg masowy i bieg drużynowy

Przy zestawieniu drużyn brany będzie pod uwagę czas drugiego zawodnika na dystansie 1500m wg. formularza zgłoszenia z sezonu 2025/2026 (nie z dystansu zawodów).

Obowiązkowym wyposażeniem zawodnika jest dobrze zapięty pod szyją kask, rękawiczki, ochraniacze na kostki, kostium nieprzecinalny, ochraniacze na kolana, piszczele oraz płoty

przygotowane zgodnie z komunikatem ISU nr 2584 i 2586. Dopuszcza się zamianę kostiumu nieprzecinanego na kostium startowy i nieprzecinalny kołnierzyk na szyi. Brak któregoś z wyżej wymienionych elementów wyposażenia skutkuje dyskwalifikacją w biegu.

- 5.2.** Po opublikowaniu losowania, wszelkie zmiany wynikające z wycofania się zawodnika będą dokonywane zgodnie z przepisami ISU 239 i 245, tj. z zastosowaniem metody przesunięcia względem toru.

6. Ocena wyników

Indywidualnie: ustalenie kolejności na dystansach i w wieloboju.

Drużynowo: ustalenie kolejności klubów i województw (łącznie junierek i juniorów).

Zawodnicy zdobywają punkty dla klubu i województwa zgodnie z punktacją w tabelach poniżej (jednak nie więcej niż za trzy najwyższe punktowane konkurencje w juniorach starszych oraz dwie najwyższe punktowane konkurencje w juniorach młodszych):

JUNIORZY

Dystanse 500m, 1000m, 1500m kobiet i mężczyzn

Miejsce	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	łącznie
Punkty	15	12	10	8	7	6	5	4	3	1	71

Dystanse 3 000m i bieg masowy kobiet oraz 5 000m i bieg masowy mężczyzn

Miejsce	1	2	3	4	5	6	7	8	łącznie
Punkty	15	12	10	8	7	6	5	4	67

JUNIORZY MŁODSI:

Dystanse 500m, 1000m, 1500m kobiet i mężczyzn

Miejsce	1	2	3	4	5	6-7	8-9	10-11	12-13	14-16	łącznie
Punkty	12	10	8	7	6	5	4	3	2	1	74

Dystans 3 000m kobiet i 5 000m mężczyzn

Miejsce	1	2	3	4	5	6-7	8-9	10-11	12-13	14-15	łącznie
Punkty	12	10	8	7	6	5	4	3	2	1	73

Zwycięzcami zostają klub i województwo, które zdobędzie największą liczbę punktów. W przypadku uzyskania przez 2 lub więcej klubów tej samej liczby punktów o kolejności zadecyduje zdobycie większej liczby lepszych miejsc na dystansach i w wielobojach (patrz § 5 pkt. 2 „Przepisów dot. udziału w zawodach”).

7. Nagrody

Zwycięzcy biegów na poszczególnych dystansach, biegu drużynowego otrzymują tytuł Mistrza/Mistrzyni Polski Juniorów na danym dystansie, w biegu drużynowym, w biegu masowym w sezonie 2025/2026. Zwycięzcy wieloboju uzyskują tytuł Mistrza/Mistrzyni Polski Juniorów w wieloboju w sezonie 2025/2026. Indywidualnie i drużynowo zgodnie z postanowieniem Komitetu Organizacyjnego Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży nagrody zabezpiecza Komitet Organizacyjny.

REGULAMIN XII MISTRZOSTW POLSKI MŁODZIKÓW „SREBRNA ŁYŻWA”

1. Cel zawodów

Aktywizacja Klubów do pracy oraz wyłonienie najlepszych zawodniczek i zawodników w kategorii młodzików (junior C), jako bezpośrednie zaplecze KWJ i KNJ.

2. Termin i miejsce zawodów

Mistrzostwa zostaną rozegrane w dniach 06-08 lutego 2026 roku w Tomaszowie Maz.

3. Program zawodów

<u>1 dzień</u>	<u>2 dzień</u>	<u>3 dzień</u>
Bieg masowy półfinały dziewcząt i/lub chłopców (6 okr) <i>min. 45min przerwy</i> Bieg masowy dziewcząt (6 okr) Bieg masowy chłopców (6 okr)	500m dziewczęta 500m chłopcy 1 500m dziewczęta 1 500m chłopcy Bieg drużynowy dziewcząt (4 okr) Bieg drużynowy chłopców (6 okr)	1 000m dziewczęta 1 000m chłopcy 3 000m dziewczęta 3 000m chłopcy

4. Uczestnictwo

W zawodach prawo startu mają zawodniczki i zawodnicy urodzeni pomiędzy 01.07.2010 r. a 30.06.2012 r. zgłoszeni przez kluby zrzeszone w PZŁS. Klub może zgłosić do zawodów 2 dziewczynki i 2 chłopców nieposiadających klasy sportowej oraz dowolną liczbę zawodniczek i zawodników posiadających dowolne klasy sportowe.

Każdy zawodnik musi posiadać ważną licencję zawodniczą PZŁS, aktualne badania lekarskie oraz numer PESEL.

5. Sposób przeprowadzenia zawodów

5.1. Zawody przeprowadzone zostaną wg przepisów ISU § 240 pkt. 1-3 z uwzględnieniem dystansów na danych zawodach. Przy zestawieniu drużyn brany będzie pod uwagę czas drugiego zawodnika na dystansie 1500m wg. formularza zgłoszenia z sezonu 2025/2026 (nie z dystansu zawodów).

Jeśli zawodnik upadnie, nie ukończy biegu lub zostanie zdyskwalifikowany ma prawo startu na pozostałych dystansach.

5.2. Zawodnicy zostaną zestawieni na podstawie aktualnych wyników uzyskanych w sezonie 2025/2026 na poszczególnych dystansach (zestawienie w czwórkach).

Do czwartego biegu rozlosowanych zostanie najlepszych 16 zawodniczek wg. rankingu po trzech biegach wśród kobiet i 16 zawodników wśród mężczyzn. Prawo startu na 3000m mają wszyscy zawodnicy. Zawodnicy spoza czołowej 16-tki zostaną rozlosowani w pierwszych parach.

5.3. Po opublikowaniu losowania, wszelkie zmiany wynikające z wycofania się zawodnika będą dokonywane zgodnie z przepisami ISU 239 i 245, tj. z zastosowaniem metody przesunięcia względem toru.

5.4. Bieg masowy rozegrany zostanie na dystansie 6 okrążeń z jednym lotnym finiszem na 3 okrążeniu.

5.5. Do biegów drużynowych klub może zgłosić dowolną liczbę drużyn. Jeśli dany klub nie może wystawić pierwszej lub kolejnej pełnej drużyny wówczas województwo może zgłosić drużynę składającą się z zawodników z co najmniej dwóch różnych klubów. Dopuszcza się start maksymalnie trzech drużyn wojewódzkich z danego województwa. W przypadku zgłoszenia się większej liczby drużyn wojewódzkich decyduje wyższe miejsce najlepszego zawodnika drużyny na 1500m.

5.6. Obowiązkowym wyposażeniem zawodnika jest dobrze zapięty pod szyją kask, rękawiczki, ochraniacze na kostki, kostium nieprzecinalny, ochraniacze na kolana, piszczyle oraz płoty przygotowane zgodnie z komunikatem ISU nr 2584 i 2586. Dopuszcza się zamianę kostiumu nieprzecinanego na kostium startowy i nieprzecinalny kołnierzyk na szyi. Brak któregoś z wyżej wymienionych elementów wyposażenia skutkuje dyskwalifikacją w biegu

5.7. Klasyfikacja klubowa: warunkiem przeprowadzenia oceny klubowej jest udział w zawodach co najmniej trzech klubów reprezentowanych przez minimum trzy zawodniczki lub trzech zawodników.

5.8. W przypadku startu powyżej 50 zawodników na danym dystansie sędzia może zdecydować o dodatkowym czyszczeniu.

5.9. Zawodniczki i zawodnicy zdobywają punkty dla klubu zgodnie z punktacją w tabelach poniżej (jednak nie więcej niż za dwa najwyższe punktowane dystanse:

Dystanse 500m, 1000m, 1500m, bieg masowy kobiet

Miejsce	1	2	3	4-7	8-12	13-18	19-24	łącznie
Punkty	8	6	5	4	3	2	1	68

Dystanse 500m, 1000m, 1500m, bieg masowy mężczyzn

Miejsce	1	2	3	4-6	7-10	11-14	15-18	łącznie
Punkty	8	6	5	4	3	2	1	55

5.10. W przypadku uzyskania przez dwa lub więcej kluby tej samej liczby punktów o kolejności decyduje zdobycie większej liczby lepszych miejsc w wieloboju. Dotyczy to również klubów, które nie zdobyły punktów.

6. Ocena wyników

Indywidualnie: ustalenie kolejności miejsc na dystansach i w wieloboju.

Klubowo: ustalenie kolejności Klubów oddzielnie w konkurencji dziewcząt i chłopców.

7. Nagrody (zabezpiecza PZŁS)

Zwycięzcy biegów na poszczególnych dystansach /biegu drużynowego/ otrzymują tytuł Mistrza/Mistrzyni Polski Młodzików na dystansie/ w sezonie 2025/2026. Zwycięzcy wieloboju uzyskują tytuł Mistrza/Mistrzyni Polski Młodzików w wieloboju w sezonie 2025/2026.

Wielobój indywidualnie:

I miejsce – „Srebrna Łyżwa” medal, dyplom;

II – III miejsce – medale, dyplomy;

IV – VI miejsce – dyplomy.

Poszczególne dystanse:

I - III – małe medale.

Dziewczęta: 500m, 1000m, 1500m, 3000m, bieg masowy.

Chłopcy: za dystanse 500m, 1000m, 1500m, 3000m, bieg masowy.

Bieg drużynowy:

Medale za miejsca I – III (dla każdego zawodnika) + dyplomy.

Drużynowo:

I - III miejsca – puchary, pozostałe drużyny – dyplomy.

REGULAMIN CYKLU ZAWODÓW PGE PUCHAR POLSKI

1. Cel zawodów

Zapewnienie ciągłości startów zawodniczkom i zawodnikom stanowiącym bezpośrednie zaplecze Kadry Narodowej i Kadry PZŁS. Kwalifikacja zawodników do MPJ i OOM.

2. Uczestnictwo

W zawodach prawo startu mają zawodnicy/czki z kategorii od C1 i wyższej **BEZ OGRANICZEŃ KLASOWYCH**. **Wszyscy zawodnicy muszą posiadać ważną licencję.**

Kategoria Młodzik (C1+C2) ma oddzielną generalną punktację na dystansach.

3. Zawody objęte punktacją PUCHARU POLSKI

Edycja nr	Data zawodów	Miejsce Zawodów	Biegi dodatkowe	Termin zgłoszeń
1	08-09.11.2025	Tomaszów Maz.	Bieg masowy	05.11.2025
2	29-30.11.2025	Warszawa	Bieg drużynowy	26.11.2025
3	06-07.12.2025	Sanok	Bieg drużynowy	03.12.2025
4	24-25.01.2026	Tomaszów Maz.	Bieg masowy	21.01.2026
5	07-08.03.2026	Tomaszów Maz.	Bieg masowy	04.03.2026

4. Program zawodów

<u>1 dzień</u>	<u>2 dzień</u>
Start 10.00	Start 10.00
500m kobiet 500m mężczyzn 1 500m kobiet 1 000m mężczyzn 3 000m mężczyzn Bieg drużynowy (6 okr) /bieg masowy (16 okr) - kobiety Bieg drużynowy (8 okr) /bieg masowy (16 okr) - mężczyźni	500m kobiet 500m mężczyzn 1 000m kobiet 1 500m mężczyzn 3 000m kobiet 5 000m mężczyzn

W zawodach finałowych na dystansie 500 m rozegrany zostanie tylko 1 bieg.

5. Sposób przeprowadzania zawodów

Zawody przeprowadzone zostaną wg przepisów ISU dotyczących rozgrywania zawodów na poszczególnych dystansach § 240 pkt.5.

Do pierwszej edycji PP zawodnicy będą losowani wg. wyników uzyskanych w sezonie 2024/2025 na poszczególnych dystansach w grupach 4- osobowych.

Do kolejnych edycji PP zawodnicy będą losowani zgodnie z rankingiem rekordów życiowych na poszczególnych dystansach w grupach 4- osobowych.

Po opublikowaniu losowania, wszelkie zmiany wynikające z wycofania się zawodnika będą dokonywane zgodnie z przepisami ISU 239 i 245, tj. z zastosowaniem metody przesunięcia względem toru.

Biegi drużynowe będą zestawiane na podstawie wyników życiowych drugiego najlepszego zawodnika na dystansie 1500m.

Domyślnie bieg masowy rozgrywany powinien być osobno dla młodzików (6 okr), a osobno dla kategorii OPEN. W przypadku zgłoszenia się mniejszej liczby zawodników w danej kategorii niż 3 wówczas bieg nie jest rozgrywany w ogóle. Młodzik ma prawo startu w kategorii open na 16 okr.

**Jeśli do startu zgłoszą się wyłącznie juniorzy C (nie mniej niż 3 zawodników), wówczas wyniki zaliczają się zarówno do klasyfikacji open jak i juniorów C.*

5.1 Bieg masowy i bieg drużynowy

Obowiązkowym wyposażeniem zawodnika jest dobrze zapięty pod szyją kask, rękawiczki, ochraniacze na kostki, kostium nieprzecinalny, ochraniacze na kolana, piszczele oraz płozy przygotowane zgodnie z komunikatem ISU nr 2584 i 2586. Dopuszcza się zamianę kostiumu nieprzecinanego na kostium startowy i nieprzecinalny kołnierzyk na szyi. Brak któregoś z wyżej wymienionych elementów wyposażenia skutkuje dyskwalifikacją w biegu

6. Ocena wyników

6.1. We wszystkich zawodach objętych regulaminem PUCHARU POLSKI przyznawane są punkty za zajęte miejsca:

I miejsce – 20 pkt., II miejsce – 18 pkt., III miejsce – 16 pkt., IV miejsce 15 pkt itd. aż do XVIII miejsca – 1 pkt.

W przypadku startu mniej niż 9 zawodników w konkurencjach indywidualnych zawodnik zdobywa 50% punktów.

6.2. Zwycięzcami Pucharu Polski zostaną zawodnicy/czki, którzy uzyskują największą liczbę punktów zdobytych we wszystkich biegach rozegranych na danym dystansie oraz w biegu drużynowym. Przyznany im będzie tytuł „Zwycięzcy Pucharu Polski na poszczególnych dystansach”.

6.3. Przy równej liczbie punktów zdobytych przez 2 lub więcej zawodników na tym samym dystansie, o kolejności pierwszych sześciu miejsc decyduje kolejność w zawodach finałowych. W przypadku, gdy 2 lub więcej zawodników, między którymi jest remis nie jest sklasyfikowanych w zawodach finałowych o kolejności w klasyfikacji generalnej decyduje kolejność w poprzednim biegu rozegranym w cyklu PP itd. aż do rozstrzygnięcia.

6.4. Przy równej liczbie punktów zdobytych przez dwie lub więcej drużyn w biegu drużynowym o kolejności miejsc decyduje kolejność w ostatniej edycji, na której rozgrywany był bieg drużynowy. W przypadku, gdy 2 lub więcej drużyny, między którymi jest remis nie są sklasyfikowane w zawodach finałowych o kolejności w klasyfikacji generalnej decyduje kolejność w poprzednim biegu rozegranym w cyklu PP itd. aż do rozstrzygnięcia.

7. Opłata startowa i inne opłaty

Opłata startowa w wysokości zatwierdzonej uchwałą Zarządu PZŁS.

8. Nagrody

Za zdobycie I miejsca w punktacji generalnej całego cyklu PP, oddzielnie dla każdego dystansu oraz biegu drużynowego, przyznaje się Puchar Polski. Nagrody pieniężne będą wypłacane, jeśli będą na to środki. Wysokość nagród zostanie ustalona Uchwałą Zarządu. Puchary zabezpiecza PZŁS.

9. Koszty organizacyjne

Wszelkie koszty związane z organizacją zawodów pokrywają wyznaczeni organizatorzy. Koszty uczestnictwa i opłatę startową pokrywają kluby.

REGULAMIN OGÓLNOPOLSKICH ZAWODÓW DZIECI**1. Cel zawodów**

Aktywizacja klubów do organizowania naborów i selekcji, umożliwienie dzieciom udziału w startach z rówieśnikami. Stworzenie możliwości startu zawodnikom nieposiadającym limitów czasowych uprawniających do startu w Pucharze Polski.

2. Organizator

Poszczególne imprezy organizuje Okręg lub Klub wyznaczony przez PZŁS.

3. Miejsce, termin, organizator

Lp.	Data zawodów	Miejsce Zawodów	Biegi dodatkowe F2-E1-E2	Biegi dodatkowe D1-D2	Termin zgłoszeń
1	06-07.12.2025	Lubin	Sztafeta 4 x 250m	Bieg drużynowy	03.12.2025
2	20-21.12.2025	Warszawa	Sztafeta 4 x 400m	Bieg masowy 1+3 okr.	17.12.2025
3	03-04.01.2026	Elbląg	Sztafeta 4 x 333m	Bieg drużynowy	01.01.2026
4	17-18.01.2026	Tomaszów Maz.	Sztafeta 4 x 400m	Bieg masowy 1+3 okr.	14.01.2026
5	31.01-01.02.2026	Sanok	Sztafeta 4 x 400m	Bieg drużynowy	28.01.2026
6	21-22.02.2026	Tomaszów Maz.	Sztafeta 4 x 400m	Bieg masowy 1+3 okr.	18.02.2026

4. Kategorie wiekowe i dystanse

Kategoria	I dzień	II dzień
F2	100m, 300m	100m, 300m
E1	100m, 300m	100m, 500m
E2	300 m, 500m	300m, 500m
D1	500m, 500 m	500m, 500 m
D2	500 m, 1000m	500m, 1000 m
F2-E1-E2 D1-D2	Sztafeta 4 x 400m B. drużynowy 3 okr./ B.masowy 4 okr.	
Zawody w Lubinie		
F2	250m, 250m	250m, 250m
E1	250m, 250m	250m, 500m
E2	250m, 500m	250m, 500m
D1	500m, 500m	500m, 500m
D2	500m, 1000m	500m, 1000m
F2-E1-E2 D1-D2	Sztafeta 4 x 250m Bieg drużynowy 4 okr.	

Zawody w Elblągu

Kategoria	I Konkurencja (I dzień zawodów)	II Konkurencja (II dzień zawodów)
F2	167m, 333m	167m, 333m
E1	167m, 333m	167m, 500m
E2	333m, 500m	333m, 500m
D1	500m, 500m (zmiana torów)	500m, 500m
D2	500m, 1000m	500m, 1000m
F2-E1-E2 D1-D2	Sztafeta 4 x 333m Bieg drużynowy 3 okr.	

5. Program zawodów

1 dzień	2 dzień
Start 10:00	Start 10:00
100m dziewczęta + chłopcy F2 i E1	100m dziewczęta + chłopcy E1 i F2
500m dziewczęta + chłopcy D1	500m dziewczęta + chłopcy D1
500m dziewczęta + chłopcy D2	500m dziewczęta + chłopcy D2
300m dziewczęta + chłopcy E2	500m dziewczęta + chłopcy E1
300m dziewczęta + chłopcy F2 i E1	300m dziewczęta + chłopcy F2
500m dziewczęta + chłopcy D1	300m dziewczęta + chłopcy E2
1000m dziewczęta+ chłopcy D2	500m dziewczęta + chłopcy D1
500m dziewczęta+ chłopcy E2	1000m dziewczęta + chłopcy D2
Bieg dodatkowy F2- E1 – E2	500m dziewczęta +chłopcy E2
Bieg dodatkowy D1 – D2	

6. Uczestnictwo

- 6.1.** W zgłoszeniach należy obowiązkowo podać pełną nazwę szkoły startującego.
- 6.2.** W całym cyklu zawodów, zawodnik(czka) może reprezentować tylko jeden klub sportowy lub UKS.
- 6.3.** W przypadku, gdy startują zawodnicy zagraniczni zawody rozgrywa się w 2 klasyfikacjach: polskiej i łącznej.
- 6.4.** W zawodach mają prawo startu zawodnicy licencjonowani.

7. Sposób przeprowadzenia zawodów

7.1 Zawody zostaną przeprowadzone wg zasady wieloboju sprinterskiego. § 240 pkt 4 Przepisów ISU” z wyłączeniem klasyfikacji do 4 biegu (bez ograniczeń liczby zawodników)-

Kategoria E1 i F2 rozgrywana jest oddzielnie.

Wszystkie dystanse na zawodach cyklu OZD będą rozegrane w kwartetach (nie dotyczy toru w Lubinie).

7.2 Bieg sztafetowy - kategorie F2-E1-E2

Start i meta znajdują się na środku prostej finiszowej. (np. tor 400m – linia start meta 1000m) Obowiązuje tor jazdy jak w biegu drużynowym i sprincie drużynowym.

Zmiana odbywa się na prostej finiszowej rozpoczynając od wyjścia z wirażu do wejścia w kolejny wiraż, strefa oznaczona pachotkami na zewnątrz i wewnątrz toru. Zmiana odbywa się poprzez dotknięcie się zawodników. Każda drużyna posiada oznaczenie w jednym kolorze. Ze względów bezpieczeństwa równocześnie może startować do 4 drużyn. **Drużyna, która ukończyła bieg niezwłocznie opuszcza tor rozgrzewkowy i śródtorze.**

7.3 Bieg drużynowy – kategorie D1-D2 (oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców).

Do biegów drużynowych klub może zgłosić dowolną liczbę drużyn składających się z zawodników danego klubu. Każda drużyna składa się z trzech zawodników.

Jeśli dany klub nie może wystawić pełnej drużyny wówczas województwo może zgłosić drużyny składające się z zawodników z co najmniej dwóch różnych klubów. W skład drużyny wojewódzkiej wchodzi wyłącznie zawodnicy danej kategorii (nie można dobierać z kategorii niższej). Biegi drużynowe startują obowiązkowo w kaskach.

7.4 Bieg masowy – kategorie D1 i D2 (oddzielnie dla dziewcząt i chłopców i w danej kategorii)

Dystans: 4 okrążenia (1 neutralne oraz 3 bez finiszu lotnego)

Punktacja: Obowiązuje kolejność zawodników/zawodniczek na mecie.

W zależności od liczby zawodników w danej kategorii rozegrane zostaną finały A, (i) B, (i) C. W jednym biegu finałowym może wystartować maksymalnie 24 zawodników, przy czym każdy finał powinien składać się z tej samej liczby zawodników. Zawodnicy kwalifikują się do poszczególnych finałów na podstawie punktacji wielobojowej po pierwszych dwóch dystansach indywidualnych rozegranych podczas danej edycji zawodów OZD. W przypadku, kiedy zawodnik upadnie na jednym z dwóch dystansów, ale na drugim zajmie miejsce TOP 8 wówczas wypycha on ostatniego zawodnika z finału A i startuje w najmocniejszej grupie. Zwycięża zawodnik, który jako pierwszy przekroczy linię mety po 4 okrążeniach.

Finały należy przeprowadzić w kolejności od Finału C do A. Zdublowany zawodnik odpada z rywalizacji.

Do pierwszej i kolejnych edycji OZD (wyłącznie 1 i 2 bieg) zawodnicy będą losowani zgodnie z rankingiem rekordów życiowych na poszczególnych dystansach w grupach 4- osobowych.

Jeśli zawodnik upadnie, nie ukończy biegu lub zostanie zdyskwalifikowany ma prawo startu na pozostałych dystansach.

Biegi drużynowe i sztafetowe będą zestawiane na podstawie wyników życiowych drugiego najlepszego zawodnika na najkrótszym dystansie.

7.5. Bieg masowy, bieg drużynowy i biegach sztafetowych

Obowiązkowym wyposażeniem zawodnika jest dobrze zapięty pod szyją kask, rękawiczki, ochraniacze na kostki, kostium nieprzecinalny, ochraniacze na kolana, piszczele oraz płozy przygotowane zgodnie z komunikatem ISU nr 2584 i 2586. Dopuszcza się zamianę kostiumu nieprzecinanego na kostium startowy i nieprzecinalny kołnierzyk na szyi. Brak któregoś z wyżej wymienionych elementów wyposażenia skutkuje dyskwalifikacją w biegu. Kask rowerowy nie spełnia wymogów bezpieczeństwa komunikatów ISU nr 2584 i 2586.

W sztafetach dzieci E i F min. wymagane są kaski i rękawiczki (nie muszą być nieprzecinalne)

8. Ocena wyników

8.1. Zawodnicy zdobywają punkty za zajęte miejsca w wieloboju w swojej kategorii wiekowej wg zasady:

Miejsce	1	2	3	4	5 – 6	7 – 8	9 – 12	Suma
Punkty	9	7	5	4	3	2	1	39

Punkty ww. wysokości zdobywają również drużyny lub sztafety (tylko do punktacji drużynowej klubowej).

Punktacja biegu masowego (tylko do punktacji drużynowej klubowej):

Miejsce	1	2	3	4	5 – 6	7 – 8	9 – 12	Suma
Punkty	4,5	3,5	2,5	2	1,5	1	0,5	19,5

8.2. Punktacja drużynowa jest prowadzona w relacji klubów i szkół. O kolejności drużyn klubowych i szkolnych – oddzielnie dziewcząt i chłopców - decydować będzie suma punktów zdobytych przez wszystkich członków drużyny w wielobojach i biegach drużynowych i masowych.

8.3. W przypadku uzyskania przez 2 lub więcej drużyn tej samej liczby punktów o kolejności decydować będzie zdobycie większej liczby lepszych miejsc indywidualnie w wieloboju oraz w biegach drużynowych łącznie.

9. Ocena końcowa wyników OZD

9.1. Zwycięzcą OZD zostaje zawodnik(czka), zdobywca największej liczby punktów w 4 z 6 lub 3 z 5 rozgrywanych wielobojów. W przypadku uzyskania przez dwóch lub więcej zawodników tej samej liczby punktów o kolejności decyduje:

- większa liczba najlepszych miejsc w wieloboju spośród edycji uwzględnionych w punktacji
- wyniki ostatnich zawodów (finałowych) – wyższa pozycja w wieloboju
- większa liczba najlepszych miejsc we wszystkich biegach indywidualnych spośród edycji uwzględnionych w punktacji (bez biegu masowego)

*** dotyczy miejsc nagradzanych**

9.2. Generalną punktację drużyn klubowych i szkolnych stanowi suma punktów zdobytych we wszystkich imprezach we wszystkich kategoriach wiekowych – oddzielnie dziewczęta i chłopcy. W przypadku uzyskania przez dwie lub więcej drużyn tej samej liczby punktów o kolejności zadecyduje zdobycie większej liczby lepszych miejsc w wielobojach i w sztafetach we wszystkich zawodach rozegranych w ramach OZD.

10. Nagrody

10.1. W poszczególnych zawodach (we wszystkich kategoriach wiekowych) – MEDALE LUB PUCHARY za miejsca I-III poszczególnych dystansach i wieloboju, dyplomy I-VI w wielobojach (indywidualnie) – w obowiązku organizatora.

Punktacja szkół i klubów.

10.2. Za punktację generalną OZD:

Indywidualnie (wszystkie kategorie wiekowe):

- miejsca I - III - medale lub puchary, dyplomy

- miejsca IV – VI - dyplomy

Drużynowo:

- miejsca I – III - puchary, dyplomy

- miejsca IV – VIII - dyplomy

W zawodach finałowych oprócz nagród za daną edycję wręczane będą nagrody za klasyfikację generalną. Nagrody za klasyfikację generalną funduje PZŁS JEŚLI BĘDĄ ŚRODKI.