

PATVIRTINTA

VšĮ „Palangos investicijų valdymas“ direktoriaus  
2019 m. rugsėjo 26 d. įsakymu Nr. 146

**PALANGOS BASEINO  
ŠEIMOS PLAUKIMO VARŽYBŲ  
NUOSTATAI**

**I. TIKSLAI**

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

**II. VARŽYBŲ VYKDYMAS, VIETA, LAIKAS**

3. Varžybų organizatorius – VšĮ „Palangos investicijų valdymas“, varžybų laikas – 2019 m. spalio 19 d., vieta – Palangos baseinas. Varžybų pradžia 12.00 val. Atvykimas, dalyvių registracija nuo 10.30 iki 11.30, apšilimas nuo 11.30 iki 11.45 val.

**III. VARŽYBŲ DALYVIAI**

4. Varžybose kviečiami dalyvauti bet kurios kartos santuokos ar giminystės ryšiais susiję Lietuvos Respublikos piliečiai ir jų šeimų nariai. 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, rekomenduojame turėti komandos atributiką: marškinėlius, kepurėles ir kt.

5. Varžybų dalyviai rungtyniaus komandoje, kurią sudaro du suaugę (pilnamečiai) asmenys ir 2 vaikai (nepilnamečiai).

**IV. VARŽYBŲ PROGRAMA**

6. Ištvėrmės estafetė (4x25 m)

Kiekvienas komandos dalyvis turi nuplaukti 25 m kojomis su pagalbine plaukimo priemone – lenta, perduodant kitam šeimos nariui, kuris tęsia rungtį atsispyrimo nuo baseino sienelės. Rungtis yra baigta, kai paskutinis komandos dalyvis paliečia sienelę ranka.

#### 7. Linksmoji estafetė (4x25 m)

Kiekvienas komandos narys turi nuplaukti 25 m su pagalbėmis priemonėmis – 2 vandens lazdomis, perduodant kitam šeimos nariui, kuris tęsia rungtį atsispyrimo nuo baseino sienelės. Rungtis yra baigta, kai paskutinis komandos dalyvis paliečia sienelę ranka.

#### 8. Greitoji estafetė (4x50 m)

Kiekvienas komandos dalyvis turi nuplaukti 50 m laisvu stiliumi. Rungtis yra baigta, kai paskutinis komandos dalyvis paliečia sienelę ranka.

9. Plaukimo estafečių varžybos vykdomos komandas suskirsčius į grupes, o rezultatai skaičiuojami atskirai kiekvienoje estafetėje, galutinis rezultatas gaunamas susumavus visų estafečių rezultatus. Komandų nariai privalo turėti plaukimo varžyboms tinkamus plaukimo kostiumus, kepurėles, sportinę aprangą ir varžybų metu baseino patalpose tinkamą avėti lengvą avalynę.

10. Užtikrinant saugumą varžybų metu, šokti į vandenį leidžiama tik nuo starto bokštelio. „Ištvermingojoje estafetėje“, „Linksmojoje estafetėje“ ir „Greitojoje estafetėje“ varžybų dalyviai startuoja atsispyrę nuo sienelės. Varžybų organizatoriai gali nustatyti kitą plaukimo varžybų tvarką, atsižvelgdami į šeimų komandų narių amžių, sportinį pajėgumą, varžybose dalyvaujančių komandų skaičių.

11. Po varžybų, apie 15.00 val. visus šeimų narius pakviesime pasidalinti varžybų įspūdžiais ir aptarti rezultatus.

## V. APDOVANOJIMAS

12. Visoms varžybose dalyvavusioms komandoms įteikiami diplomai, trims pirmoms prizinėms vietoms įteikiami Palangos baseino abonementai: I vieta – 4 metiniai abonementai, II vieta – 4 pusmečio abonementai, III vieta – 4 ketvirčio abonementai.

## VI. PARAIŠKOS

13. Komandinės paraiškos teikiamos iki 2019 m. spalio 14 d. 15.00 val. elektroniniu paštu [varzybos@palangos-renginiai.lt](mailto:varzybos@palangos-renginiai.lt), užpildant registracijos lentelę. Paraišką gali pateikti šeimų plaukimo komandos narys.

14. Papildomo dalyvio mokesčio už varžybas nėra – mokama tik už įėjimą į baseiną. Susimokama 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.

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

### REGISTRACIJOS LENTELĖ

Komandos pavadinimas	
Komandos kapitonas	
Komandos nariai (vardas, pavardė, gimimo metai)	
Kontaktinis asmuo (vardas, pavardė, tel. Nr., el. paštas)	

---