



## Regulamin zawodów Zimno i Fajnie

### §1

#### Informacje ogólne

1. Zimno i Fajnie to druga edycja zawodów zimowego pływania rozgrywana w Łodzi w Aquapark FALA.
2. Celem zawodów jest popularyzacja zimowego oraz lodowego pływania, integracja rodzin, rozpowszechnianie zdrowego stylu życia, integracja zawodników z różnych regionów Polski, promocja Miasta Łódź oraz Aquapark FALA, promocja województwa łódzkiego oraz promowanie partnerów i sponsorów wydarzenia.
3. Organizatorem zawodów jest Polskie Stowarzyszenie Pływania na Wodach Otwartych, KRS: 0000984891 oraz Fundacja Płyńmy Razem, KRS: 0000842096.
4. Patronat nad imprezą Zimno i Fajnie objął Prezydent Miasta Łódź.

### §2

#### Termin i miejsce zawodów

1. Zimno i Fajnie odbędzie się 04 listopada 2023 roku na terenie Aquapark Fala, Aleja Unii Lubelskiej 4, 94-208 Łódź (51,763634; 19,422684).
2. Szczegółowy harmonogram zawodów zostanie podany w komunikacie organizacyjnym. Harmonogram może ulegać zmianom.

### §3

#### Dystanse i zasady zgłoszeń

1. Organizatorzy zaplanowali rywalizację na dystansach wymienionych poniżej:
  - 25 m stylem dowolnym, motylkowym.
  - 50 m stylem grzbietowym oraz klasycznym,
  - 100 m stylem dowolnym oraz klasycznym,
  - 250 m stylem dowolnym,





- 600 m stylem dowolnym,
  - 1000 m stylem dowolnym,
  - Sztafeta 4x25 m stylem dowolnym.
2. Każdy zawodnik może zgłosić się na nie więcej niż 3 dystansach indywidualnych i w 1 sztafecie.
  3. Sztafety rozgrywane są w kategorii mix (2 kobiety i 2 mężczyźni)
  4. W sztafecie mogą wystartować zawodnicy, którzy zgłosili się minimum w jednej konkurencji indywidualnej.

## §4

### Zgłoszenia i opłaty startowe

1. Rejestracja Uczestników odbywa się poprzez formularz zgłoszeniowy, który będzie dostępny na stronie facebook oraz witrynie internetowej wydarzenia [www.zimnoifajnie.pl](http://www.zimnoifajnie.pl).
2. Podczas zgłoszeń każdy z zawodników musi podać szacowany czas pływnięcia dystansu, na którym się zgłasza.
3. Nieprzekraczalny termin zakończenia rejestracji to 27 październik 2023 roku godzina 23.59.
4. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do wcześniejszego zamknięcia list startowych z uwagi na wyczerpanie limitów miejsc na poszczególnych dystansach, jak również zwiększenia limitów w przypadku dużego zainteresowania i możliwości logistyczno-organizacyjnych.
5. Organizator przewiduje limit zgłoszeń w ilości 150 zawodników.
6. Opłata startowa wynosi 230 zł.
7. Opłatę startową należy uiścić na numer konta polskiego Stowarzyszenia Pływania na Wodach Otwartych:

**88 1240 3028 1111 0011 1793 0055,**

, w tytule przelewu należy wpisać: Zimno i Fajnie\_imię i nazwisko.

**Każda zmiana w danych rejestracyjnych nie wynikająca z ewidentnej pomyłki wynosi 50 PLN.**



6. Warunkiem zatwierdzenia rejestracji zawodnika jest uiszczenie opłaty startowej. Wpisowe musi zostać wniesione i zaksięgowane na rachunku bankowym najpóźniej w ciągu 5 dni roboczych od zgłoszenia. Za datę zapłaty uważa się datę uznania na rachunku bankowym Organizatora.
7. Raz wniesiona opłata nie ulega zwrotowi. Dopuszczamy możliwość zwrotu opłaty startowej z powodów zdrowotnych tylko przy zgłoszeniu rezygnacji do 31 października 2023 roku. Zwrot zostanie dokonany po okazaniu zwolnienia/ potwierdzenia od lekarza.
8. Wyjątek od reguły z &4 pkt. 7 stanowi odwołanie zawodów z powodu epidemii lub innych niezależnych od organizatora powodów. W takim wypadku Organizator zwróci wszystkim uczestnikom 80% zapłaconej opłaty startowej.
9. Wpisowe nie podlega przeniesieniu na inny rok Imprezy.
10. W ramach opłaty startowej każdy Uczestnik Imprezy otrzymuje:
  - Możliwość startu maksymalnie w trzech indywidualnych konkurencjach,
  - Możliwość startu w jednej sztafecie,
  - Możliwość korzystania z infrastruktury Aquapark Fala na strefach basenowych,
  - Bon na posiłki regeneracyjne.
11. W przypadku zawarcia dodatkowych umów ze sponsorami, Organizator może wzbogacić pakiet startowy o dodatkowe gadżety.
12. Za ustalenie składów sztafetowych są odpowiedzialni zawodnicy. Skład sztafet należy zgłosić podczas zapisów lub drogą mailową do 03 listopada 2023 do godziny 20:00 lub 04 listopada 2023 roku do godziny 10.00 jedynie w biurze zawodów.
13. Organizator zabrania Uczestnikom sprzedaży odebranych pakietów startowych oraz zamiany numerów startowych pomiędzy Uczestnikami pod rygorem dyskwalifikacji.
14. Aquapark FALA przewiduje rabat na bilety całodzienne dla osób towarzyszących zawodnikom w wysokości 53%.
15. Zniżka jest przeliczana według cennika Aquapark FALA dla wejść grupowych.
16. Podczas zgłoszenia należy zaznaczyć w formularzu, czy uczestnik zawodów zabiera osobę towarzyszącą, która jest zainteresowana skorzystaniem z infrastruktury Aquapark





FALA. W tym przypadku pakiet startowy będzie wzbogacony o identyfikator osoby towarzyszącej, która po okazaniu go w kasach basenu za swoje wejście będzie musiała uiścić opłatę w wysokości 64 zł.

17. W przypadku rezygnacji osoby towarzyszącej z przedstawionej oferty, zawodnik jest zobowiązany poinformowania o tym najpóźniej do 31 października 2023 roku. Po tym terminie zawodnik jest zobowiązany wpłacić kwotę 64 zł na konto stowarzyszenia:

**88 1240 3028 1111 0011 1793 0055**

## §5

### Zasady uczestnictwa

1. Do rywalizacji na dystansach 600 metrów oraz 1000 metrów może przystąpić osoba, która udokumentuje, że wcześniej pływała już dystans: w przypadku 600m minimum 450m, a w przypadku 1000m minimum 750m w wodzie o temperaturze poniżej 5 stopni. Wiek min. 18 lat. Wymagany support oraz pływanie w pasie bezpieczeństwa, który przywozi ze sobą zawodnik.
2. Osoby startujące na dystansie 1km muszą wykazać zgodę lekarza wystawioną na podstawie wyników badań EKG, wykonane nie wcześniej niż **rok** przed zawodami Zimno i Fajnie.
3. Na dystansach 600 m oraz 1km ratownik medyczny lub ratownik w kostiumie neoprenowym może podjąć samodzielną decyzję o przerwaniu pływania gdy stwierdzi nieprawidłowe zachowanie pływaka, gdy ma podejrzenie, że zagrożone jest życie lub zdrowie osoby uczestniczącej w wyścigu, lub pływak nie będzie mieścił się w wymaganym czasie startu.
4. Dokumentację, o której mowa w pkt. 1 należy przesłać na adres e-mail [zimnoifajnie@gmail.com](mailto:zimnoifajnie@gmail.com) w nieprzekraczalnym terminie do 27 października 2023 roku. W tytule maila należy wpisać słowo WERYFIKACJA+dystans. Organizator zastrzega sobie prawo do weryfikacji dokumentacji oraz oczekiwania dodatkowych informacji umożliwiających weryfikację uprawnień do startu na określonym dystansie.





5. Zawodnik, który w momencie Zawodów nie ma ukończonych 18 lat, musi przedłożyć pisemną zgodę rodziców bądź opiekunów prawnych na start w zawodach oraz zaakceptować wymogi Regulaminu zawodów Zimno i Fajnie. Zawodnik biorący udział w zawodach Zimno i Fajnie na dystansach 25, 50 oraz 100, 250 metrów musi mieć ukończone minimum 12 lat.
6. Zawodnik poniżej 18 roku życia nie może uczestniczyć w wyścigu na 600 i 1000 m.
7. Weryfikacji zawodników dokonuje Organizator lub osoby przez niego wskazane. Decyzja organizatora jest ostateczna.
8. Pianki oraz czepki neoprenowe nie są dozwolone.
9. Zawodnik może założyć maksymalnie dwa czepki silikonowe.
10. Zabrania się korzystania z jakichkolwiek substancji stosowanych zewnątrz lub wewnątrz, które utrzymują bądź podwyższają temperaturę ciała.
11. Zabrania się wykonywania nawrotów koziołkowych w trakcie pokonywania dystansu.
12. Pod wodą zawodnik może pływać maksymalnie 5 m po nawrocie.
13. Pozostałe przepisy zostają bez zmian w odniesieniu do regulacji FINA.
14. Długość torów 25m, odbicie ściana – ściana.
15. Odbijanie się od dna w czasie wykonywania nawrotów i na dystansie jest zabronione.
16. Uczestnicy Imprezy oraz wszystkie inne osoby, które znajdują się na terenie zawodów zobowiązani są zachowywać się w sposób niezagrażający bezpieczeństwu innych osób obecnych na zawodach, a w szczególności przestrzegać postanowień Regulaminu. Zakazane jest niszczenie oznaczeń i tablic informacyjnych, nośników reklamowych, urządzeń i sprzętu znajdującego się na Terenie Aquapark FALA, itp.
17. Uczestnicy zawodów zobowiązują się do przestrzegania zasad panujących na terenie Aquapark FALA, które są określone w regulaminach na stronie: <https://aquapark.lodz.pl/cennik/regulaminy/>



18. Zawodnicy zobowiązani są stosować się do znaków oraz ostrzeżeń i nakazów służb Organizatora i Sędziów. Sędziowie zawodów mają prawo dowykluczenia Uczestnika, który nie przestrzega w/w reguły.
19. Obowiązuje zakaz wnoszenia na teren imprezy materiałów łatwopalnych, pirotechnicznych oraz napojów alkoholowych.

## §6

### Limity czasowe oraz limity osób na poszczególnych dystansach

1. Tabela 1 określa limity czasowe dla poszczególnych dystansów.

Tabela 1 Limity czasowe dla poszczególnych dystansów.

25 m		50 m		100 m	100 m	250 m	600 m	1000 m	sztafety 4x25
dowolnym	klasycznym	grzbietowy	klasycznym	klasycznym	dowolnym				
1,5 min		2 min		5 min	4,5 min	9 min	20 min	27 min	4 min

2. Niewyrobienie się w limitach określonych w tabeli 1 spowoduje przerwanie wyścigu przez sędziego co spowoduje nie ukończenie wyścigu przez zawodnika.
3. Ukończenie wyścigu po czasie wyznaczonym przez organizatora powoduje dyskwalifikację zawodnika. Jego wynik nie zostanie uwzględniony w klasyfikacji.
4. Tabela 2 określa limity osób na poszczególnych dystansach.

Tabela 2 Limity osób na poszczególnych dystansach.

25 dowolny	25 motylkowy	50 klasyczny	50 grzbietowy	100 dowolny	100 klasycznym	250 dowolny	600 dowolny	1000 dowolny
32	16	32	32	48	24	24	24	24



## §7

### Kategorie wiekowe

1. W tabeli 3 przedstawiono kategorie wiekowe, w których przyznawane będą nagrody.

Tabela 3 Kategorie wiekowe

kategorie wiekowe	
Kategoria	OPEN
Kategoria	14-35 lat K/M
Kategoria	36-55 lat K/M
Kategoria	≥56 lat K/M

## §8

### strój pływacki

1. Zawodnik może wykorzystać maksymalnie dwa czepki silikonowy. Nie dopuszcza się pływania w czepku neoprenowym.
2. Używanie okularów pływackich jest dozwolone.
3. Każdy zawodnik musi być ubrany w jeden strój kąpielowy (nie może być wykonany z neoprenu):
  - a) mężczyźni kąpielówki z krótką nogawką typu "slipy", nogawką do kolan lub basenowy strój startowy zatwierdzony przez FINA. Zabrania się pływania w szortach.
  - b) kobiety dwuczęściowy lub jednoczęściowy bez nogawek i rękawów lub basenowy strój startowy z nogawkami zatwierdzony przez FINA.

## §9

### Inne informacje organizacyjne

1. Uczestnik wyraża zgodę na rejestrację zawodów w formie fotograficznej oraz audio-video oraz ich późniejszą publikację.



2. Administratorem danych osobowych zarejestrowanych Uczestników jest Organizator. Uczestnik ma prawo do wglądu do nich oraz ich poprawiania.

## §10

### Nagrody

1. Medale za I, II i III miejsce w klasyfikacji OPEN oddzielnie w kategorii kobiet i mężczyzn.
2. Medale za I, II i III miejsce w kategoriach wiekowych wymienionych w tabeli 2 §7 pkt. 1.
3. Sztafety są nagradzane w kategorii OPEN.
4. Dyplomy będą wysłane w formie elektronicznej.
5. Organizator zastrzega możliwość przyznania dodatkowych nagród z otrzymanych odsponsorów i partnerów dodatkowych funduszy.
6. Wręczenie nagród odbędzie się zgodnie z harmonogramem zamieszczonym w komunikacie organizacyjnym.

## §11

### Protesty i dyskwalifikacje

1. Zawodnik może złożyć protest w nieprzekraczalnym terminie 30 minut od zakończenia rywalizacji na dystansie, którego dotyczy protest.
2. Wszystkie protesty muszą być sporządzone w formie pisemnej oraz muszą być dostarczone Organizatorowi zawodów bądź osobie przez niego wskazanej w Biurze Zawodów.
3. Protest musi zawierać - imię i nazwisko zgłaszającego, opis sytuacji spornej oraz własnoręczny podpis zgłaszającego.
4. Warunkiem rozpatrzenia protestu będzie wniesienie wadium w wysokości 200 złotych.
5. Wadium w przypadku pozytywnego rozpatrzenia protestu zostanie zwrócone zgłaszającemu.





6. Decyzja Organizatora w zakresie protestu jest ostateczna.

## §12

### Uwagi końcowe

1. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne (z wyłączeniem sytuacji ekstremalnych bądź niespotykanych w klimacie charakterystycznym dla miejsca rozgrywania zawodów).
2. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania lub przerywania zawodów, a także zmian w harmonogramie i dystansach pływackich w sytuacji, gdy uzna, że zmiany pogodowe mogą zagrażać bezpieczeństwu Uczestników lub osób z ramienia Organizatora. Decyzja w tym zakresie jest ostateczna.
3. Trasa zawodów zostanie zabezpieczona przez odpowiednie służby ratownicze.
4. Organizator w najszerszym zakresie dopuszczonym przez obowiązujące przepisy prawa zwolniony jest z wszelkiej odpowiedzialności za ewentualne szkody wyrządzone przez Uczestników w wyniku udziału w zawodach oraz zwolniony jest z obowiązku naprawienia takich szkód.
5. Zawodnik startuje w zawodach na własną odpowiedzialność. Organizator w najszerszym zakresie dopuszczonym przez obowiązujące przepisy prawa zwolniony jest z wszelkiej odpowiedzialności za ewentualne szkody, urazy czy uszczerbki na zdrowiu, które może pociągać za sobą udział w zawodach oraz zwolniony jest z obowiązku naprawienia takich szkód.
6. Za nieprzestrzeganie niniejszego regulaminu organizator ma prawo nałożyć karę adekwatną do wyrządzonej szkody.
7. W trakcie zawodów Zawodnik musi okazać na żądanie Organizatora ważny dokument tożsamości ze zdjęciem.
8. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za odwołanie zawodów z przyczyn od niego niezależnych i niemożliwych do przewidzenia.
9. W sprawach nieobjętych niniejszym Regulaminem rozstrzygnięcia należą do Organizatora.
10. Dodatkowe informacje dotyczące zawodów oraz ich organizacji znajdują się:



- na stronie internetowej [www.zimnoifajnie.pl](http://www.zimnoifajnie.pl)

- na Facebooku Zimno i Fajnie

10. Organizator zastrzega sobie prawo do modyfikacji Regulaminu.

11. W przypadku jakichkolwiek zmian w jego zapisach informacja na ten temat zostanie opublikowana na stronie internetowej Zimno i Fajnie.

12. Oficjalnym językiem komunikacyjnym jest język polski. Ostateczna interpretacja zapisów niniejszego Regulaminu należy do Organizatora.

