

## SYSTEM SPORTU MŁODZIEŻOWEGO REGULAMIN WSPÓLZAWODNICZWA SPORTOWEGO MŁODZIEŻY UZDOLNIONEJ

### CZĘŚĆ C PIĘCIOBÓJ NOWOCZESNY

ROCZNIKI:		
Młodzieżowcy	19-23 lata	w 2023 roku urodzeni 01.01.2000-31.12.2004
Juniorzy	16-18 lat	w 2023 roku urodzeni 01.01.2005-31.12.2007
Juniorzy młodsi	12-15 lat	w 2023 roku urodzeni 01.01.2008-31.12.2011
Młodzicy	11 lat i młodsi	w 2023 roku urodzeni 01.01.2012 i młodsi

#### SYSTEM OCEN

PIĘCIOBÓJ NOWOCZESNY													
<b>Młodzieżowe Mistrzostwa Polski</b> <span style="float: right;">wiek 19-23 lata</span>													
K / M	pięciobój indywidualnie												
lokata	1	2	3	4	5	6	7	8					
punkty	25	21	18	16	14	12	10	8					124
<b>Mistrzostwa Polski Juniorów</b> <span style="float: right;">wiek 16-18 lat</span>													
K / M	czwórbój indywidualnie (szermierka, pływanie, strzelanie, bieg),												
lokata	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
punkty	15	12	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	82
K + M	Sztafety mieszane MIX ( 2 osobowe)												
lokata	1	2	3	4	5	6	7	8					
punkty	15	12	10	8	6	4	3	2					60
<b>OOM - Mistrzostwa Polski Juniorów Młodszych</b> <span style="float: right;">wiek 12-15 lat</span>													
K / M	trójbój indywidualnie (pływanie, strzelanie, bieg)												
K / M	dwubój indywidualnie (pływanie, bieg)												
lokata	1	2	3	4-5	6-8	9-12	13-16	17-24					
punkty	9	7	6	5	4	3	2	1					72
K + M	sztafety mieszane MIX (trójbój), sztafety dziewcząt i chłopców (dwubój nowoczesny)												
lokata	1	2	3	4	5	6	7	8					
punkty	9	7	6	5	4	3	2	1					37
Uwaga:	Eliminacje do OOM – lista rankingowa PZPNow												
<b>Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików</b> <span style="float: right;">wiek do 11 lat</span>													
K / M	2-bój indywidualnie: pływanie 50 m stylem dowolnym (serie) bieg 600 m (serie) Klasyfikacja końcowa (czas z dokładnością do 0,1 sek.); 3 x czas pływania + czas biegu (pomiar w sekundach z dokładnością do 0,1 sek.)												
K / M	dwubój klasyfikacja końcowa MMM - poniżej 40 uczestników												
lokata	1	2-5	6-20										
punkty	3	2	1										26
K / M	dwubój klasyfikacja końcowa MMM - 41-80 uczestników												
lokata	1	2-8	9-24										
punkty	3	2	1										33

K / M	dwubój klasyfikacja końcowa MMM - 81-120 uczestników												
lokata	1	2-12	13-36										
punkty	3	2	1										47
K / M	dwubój klasyfikacja końcowa MMM - powyżej 121 uczestników												
lokata	1	2-16	17-60										
punkty	3	2	2										77

**Uwaga – w zawodach mogą startować zawodnicy posiadających licencję Polskiego Związku Pięcioboju Nowoczesnego (dotyczy wszystkich kategorii wiekowych).**

Podział na strefy zawodów MMM:

Strefa	2023
A: DŚL-LBU-OPO-ZPM	29.09.2023 Drzonków
B: ŁDZ -MŁP-ŚL-ŚWI	03.06.2023 Radomsko
C: KPM-POM-WLP-WM	03.06.2023 Grudziądz
D: MAZ- PDL-LUB-PKR	30.09.2023 Warszawa

## Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży Pięciobój nowoczesny

### 1. Organizator.

Komitet organizacyjny na terenie którego rozgrywana jest OOM. W 2023 roku organizatorem OOM w bloku sportów letnich będzie Śląska Federacja Sportu. Kierownictwo sportowe sprawuje Polski Związek Pięcioboju Nowoczesnego.

### 2. Termin i miejsce zawodów.

Data: 02.07 – 04.07.2023  
Miejsce: Szczyrk  
Eliminacje - lista rankingowa PZPNow

### 3. Program

Zawody będą rozegrane w następujących konkurencjach:

#### **Dwubój Nowoczesny**

Indywidualnie:

    pływanie – 100 m K/M

        M    1:14 - 250 pkt. 1 s = 3 pkt. (+/- 0,33 s = 1 pkt.)

        K    1:20 - 250 pkt. 1 s = 3 pkt. (+/- 0,33 s = 1 pkt.)

    bieg – 1000 m K/M

        M    3:10 - 250 pkt.        0,5 s – 1 pkt.

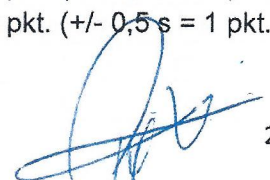
        K    3:40 - 250 pkt        0,5 s – 1 pkt.

sztafety w dwuboju (2 osobowe K/M)

    pływanie    2 x 50m                    K/M 1:10 = 250 pkt.        1 s = 5 pkt. (+/- 0,2 s = 1 pkt.)

    bieg          2 x 600m                   K/M 4:00 = 250 pkt.        1 s = 2 pkt. (+/- 0,5 s = 1 pkt.)

Start do biegu - handicap



### Trójbój Nowoczesny

Indywidualnie:

strzelanie	dystans 10 m K/M	czas na oddanie 5 strzałów – 50 sek.
	pistolet laserowy 10 serii (5 strzałów do tarczy PP10)	400 pkt. tarczowe = 250 pkt.
		1 pkt. tarczowy = 1 pkt.
pływanie: 200 m K/M		
	K/M 2:30 - 250 pkt.	1 s = 2 pkt. (+/- 0,5 s = 1 pkt.)
bieg 2000 m K/M		
	M 6:40 - 250 pkt.	1 s = 1 pkt.
	K 7:40 - 250 pkt.	1 s = 1 pkt.

sztafety w trójbój MIX (2-osobowe mieszane: 1 zawodniczka i 1 zawodnik)

strzelanie	2 x (5 serii x 5 strzałów w czasie 50 sek.)	400 pkt. tarczowe = 250 pkt.
		1 pkt. tarczowy = 1 pkt.
pływanie	2 x 100m	2:30 = 250 pkt. 1 s = 2 pkt. (+/- 0,5 s = 1 pkt.)
bieg	2 x 1000 m	6:40 = 250 pkt. 1 s = 1 pkt.

#### 4. Warunki uczestnictwa.

W zawodach mogą brać udział juniorki młodsze i juniorzy młodszy zgodnie z zasadami podanymi w części ogólnej Regulaminu Współzawodnictwa Sportowego Młodzieży Uzdolnionej, a także na podstawie rankingu wyników w zawodach zgodnie z regulaminem PZ Pięcioboju Nowoczesnego, posiadający:

- aktualną licencję PZPNow,
- oficjalny dowód tożsamości (dowód osobisty, paszport lub legitymacja szkolna),
- być zarejestrowanym w Powszechnym Elektronicznym Systemie Ewidencji Ludności lub posiadać obywatelstwo innego państwa Unii Europejskiej i indywidualny i niepowtarzalny identyfikator we właściwym dla danego państwa rejestrze,
- aktualne orzeczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do szkolenia i współzawodnictwa w pięcioboju nowoczesnym.

Do zawodów finałowych OOM zostaną zakwalifikowani zawodnicy i zawodniczki będący na listach rankingowych PZPNow, spełniający powyższe warunki, w następujących konkurencjach:

- dwubój: 32 zawodników i 32 zawodniczek **(12-13 lat)** zakwalifikowanych zgodnie z następującymi zasadami:
  - 1) najwyżej sklasyfikowany z listy rankingowej PZPNow, po 1 zawodniku i 1 zawodniczce z każdego województwa;
  - 2) kolejni zawodnicy najwyżej sklasyfikowani z listy rankingowej PZPNow do uzupełnienia liczby 32 zawodników i 32 zawodniczek
- trójbój: 32 zawodników i 24 zawodniczki **(14-15 lat)** zakwalifikowanych zgodnie z następującymi zasadami:
  - 1) najwyżej sklasyfikowany z listy rankingowej PZPNow, po 1 zawodniku i zawodniczce z każdego województwa;
  - 2) kolejni zawodnicy najwyżej sklasyfikowani z listy rankingowej PZPNow do uzupełnienia liczby 32 zawodników i 24 zawodniczek



3

- sztafety w trójboju nowoczesnym – sztafety 2-osobowe MIX mieszane: 1 zawodniczka i 1 zawodnik reprezentujących to samo województwo, maksymalnie 4 sztafety z województwa na podstawie rankingu województw PZPNow.  
W reprezentacji województwa dopuszcza się udział 1 zawodnika lub 1 zawodniczki z 2-boju nowoczesnego.
- sztafety (w dwuboju nowoczesnym) – sztafety 2 –osobowe dziewczęta, chłopcy, maksymalnie 3 sztafety z województwa na podstawie rankingu województw PZPNow. Sztafety mogą składać się z zawodników z jednego klubu lub zawodników z różnych klubów reprezentujących to samo województwo.

Ostateczna lista zakwalifikowanych do startu indywidualnego i do startu w sztafetach w zawodach finałowych OOM zostanie opublikowana na stronie Polskiego Związku Pięcioboju Nowoczesnego : [www.pentathlon.org.pl](http://www.pentathlon.org.pl) do dnia 22.06.2023 r.

Łączna liczba uczestników zawodów finałowych OOM, wynosi:

- 120 zawodników,
- 15 trenerów,
- 20 sędziów,
- 2 delegatów PZPNow

## 5. Zgłoszenia

Zgłoszenie do zawodów należy nadsyłać w terminie określonym w komunikacie organizacyjnym Nr 1 dla danej imprezy i regulaminu Polskiego Związku Pięcioboju Nowoczesnego.

## 6. Program zawodów:

Konkurencje i grupy wiekowe	
Junior młodszy	
K/M	Dwubój indywidualnie, trójbój indywidualnie
K+M	Sztafety w dwuboju (2 osobowe K/M), sztafety w trójboju MIX (2-osobowe mieszane: 1 zawodniczka i 1 zawodnik)
Program zawodów	
I dzień	Przyjazd do kolacji, konferencja techniczna
II dzień	2-bój pływanie, bieg (serie) 3-bój pływanie, strzelanie, bieg (handicap)
III dzień	sztafety dziewcząt, sztafety chłopców (start do biegu w systemie handicap) wyjazd po obiedzie
Uwaga	Szczegółowy program zawodów zostanie przedstawiony przez bezpośredniego organizatora na konferencji technicznej

**Przypominamy:**

- wszystkie zagadnienia związane z punktacją SSM prowadzone są poprzez właściwy Polski Związek Sportowy,
- wnioski o zmianę kategorii wiekowej muszą być zgłoszone przez Polski Związek Sportowy, na 14 dni przed zawodami ocenianymi, poprzez witrynę internetową dedykowaną Systemowi Sportu Młodzieżowego.
- wniosek o podział punktów składa zainteresowany klub do PZS, z kolei PZS wprowadza wniosek poprzez witrynę internetową dedykowaną Systemowi Sportu Młodzieżowego. Termin zgłoszenia wniosku o podział punktów 30 listopada 2023 r.
- uczestnictwo zawodników zagranicznych określają przepisy właściwego PZS.

**Regulamin szczegółowy (część C) jest nieodłączną częścią  
Regulaminu ogólnego SSM (część A)**

Korespondencję dotyczącą regulaminów  
i naliczania punktów prosimy przesyłać na adres:

[wyniki-ssm@insp.waw.pl](mailto:wyniki-ssm@insp.waw.pl)

Data:

03.02.2023

Dyrektor Sportowy  
Polskiego Związku Pięcioboju Nowoczesnego  
Stanisław Pyrc

Zatwierdzono: Zespół Metodyczny

Polski Związek Pięcioboju Nowoczesnego