

**X. ročník plaveckých závodů**

**Velká cena „O pohár primátora města Frýdku-Místku“**

**Pořadatel:** Plavecký oddíl Frýdek-Místek

**Datum: 18. 3. 2017**

**Místo:** bazén 11. ZŠ J. z Poděbrad

**Přihlášky:** Nejpozději do **12. března 2017** (po této lhůtě již přihlášky, nepřijímáme!)

 **Jen elektronicky** – formulář na **-** [**http://www.plavanifm.cz/zavod**](http://www.plavanifm.cz/zavod/)

**Odhlášky:** do **15. 3. 2017** na email **info@plavanifm.cz**

**Prezentace: 8.00 - 8.30 hod,** rozplavba **8.30 – 8.45** hod.+ **zahájení** **Startovné: 40,- Kč**/osoba

**Disciplíny:** Dopolední závod

 1 start - **předplavci** (malí plavci s pásem)

 1 start + hlavní závod (2011, 10, 09) - 16 P nebo 16 Z + hlavní závod

2 starty + hlavní závod (2008-07, 06-05, 04-03) – **přípravky, kondiční, noví + nejmladší závodníci**

1 start – **hendikepovaní plavci** do 15 let, nad15 let

1. **Předplavci** (děti z Kenny Clubu – možné s pásem) **16** m **volný způsob**
2. **16 P** ženy (2011, 10, 09) - mohou 1 start - P nebo Z
3. **16 P** muži (2011, 10, 09) - mohou 1 start - P nebo Z
4. **33 P** ženy (2008-07, 06-05, 04-03) Hodnocení: spolu 2008 + 07, 06+05, 04+03
5. **33 P** muži (2008-07, 06-05, 04-03)
6. **16 Z** ženy (2011, 10, 09) – 1 start mohou – P nebo Z
7. **16 Z** muži (2011, 10, 09) – 1 start mohou – P nebo Z
8. **33 Z** ženy (2008-07, 06-05, 04-03)
9. **33 Z** muži (2008-07, 06-05, 04-03)
10. **33 VZ** ženy (2009, 08-07, 06-05, 04-03)) – **hlavní závod** mohou plavat všichni, kdo chtějí bez
11. **33 VZ** muži (2009, 08-07, 06-05,04-03) ohledu na věk a počet startů
12. **Hendikepovaní – 16 Volný způsob/děti do 15 let** – 1 start
13. **Hendikepovaní – 16 Volný způsob/děti nad 15 let –** 1 start

Vyhlašování bude po kategoriích a ročnících do r. 2009. Od ročníku 2008 vždy po dvou ročnících. Vyjma předplavců. Každé první tři umístění budou ohodnoceny diplomem a medailí. Hodnocení bude průběžné. Hlavní závod je disciplína na 33 VZ. Nejlepší čas v kategorii žen a mužů bude ohodnocen pohárem primátora města Frýdku-Místku.

**Disciplíny:** Odpolední závod:  **prezentace 14.00 - 14.30, rozp. 14.40 - 15.00 hod. + zahájení**

2 starty + hlavní závod – **rychlostní plavci**

1. **50 P** ženy (2007-06, 05-04, 03-02, 01 a starší)
2. **50 P** muži (totožné ročníky)
3. **50 Z** ženy (2007-06, 05-04, 03-02, 01 a starší)
4. **50 Z** muži (totožné ročníky)
5. **50 VZ** ženy (2007-06, 05-04, 03-02, 01 a starší)
6. **50 VZ** muži (totožné ročníky)
7. **50 M** ženy (2007-06, 05-04, 03-02, 01 a starší)
8. **50 M** muži (totožné ročníky)
9. **4x 16 PZ** ženy 2007-06 O pohár primátora
10. **4x 16 PZ** muži 2007-06

11. **4x 33 PZ** ženy (2005-04, 03-02, 01 a st.) O pohár primátora

12. **4x 33 PZ** muži (totožné ročníky)

**Štafety** (volné na místě)

Závěr: 30 minut volného plavání pro všechny.

**Těšíme se na Vás!**