



Partnerem Głównym wydarzenia jest Gmina Miejska Kraków  
Partnerzy: Zarząd Infrastruktury Sportowej w Krakowie, Małopolski Związek Kajakowy

## MAŁOPOLSKIE REGATY KAJAKOWE OTWARCIE SEZONU 2024 1 Konsultacje Kadry Wojewódzkiej MZKaj

Kraków, 06.04.2024 r.

### PROGRAM I REGULAMIN IMPREZY

Organizator: Kolejowy Klub Wodny 1929

Miejsce regat: Przystań Kolejowego Klubu Wodnego 1929 ul. Księcia Józefa 24a,30-206 Kraków

Cel imprezy: Organizacja współzawodnictwa sportowego w dyscyplinie kajakarstwa.

Promocja kajakarstwa w Krakowie. Inauguracja sezonu kajakowego.

Uczestnictwo:

1. Zgłoszenia zawodników przyjmowane będą ostatecznie podczas odprawy kierowników ekip w dniu imprezy.
2. W regatach mogą wziąć udział zawodnicy wszystkich kategorii wiekowych zarejestrowani w sportowych organizacjach, zarejestrowanych w Polskim Związku Kajakowym lub Okręgowym Związku Kajakowym. Zawodnicy muszą posiadać: aktualne badania lekarskie, kartę pływacką/potwierdzoną umiejętność pływania.
3. Kategorie dzieci startują obowiązkowo w kamizelkach asekuracyjnych.
4. Sprzęt sportowy bezwarunkowo niezatapialny.
5. Numery startowe zabezpiecza organizator.
6. Regaty rozgrywane są wg regulaminu Polskiego Związku Kajakowego.
7. Zwycięzcy otrzymują medale za miejsca I-III.

#### Program imprezy

10:00 Odprawa kierowników ekip

10:30 Odprawa sędziowska

11:00 Start w kolejności - bieg, siła, woda

15:00 Uroczyste zakończenie imprezy, wręczenie medali.

<b>Sprawdzian biegowy</b>	<b>Sprawdzian siły</b>
1000 m dzieci, 1500 m młodzicy, juniorzy mł. , juniorzy	mm. brzucha w ciągu 30 sek. zwis na drążku dociąg 50 % masy ciała w ciągu 2 min.

<b>Konkurencje na wodzie</b>	
T-1 200 m dzieci K-1 500 m dzieci dziewcząt K-1 500 m dzieci chłopców C-1 500 m dzieci chłopców	K-1 2 x 2000 m junierek K-1 2 x 2000 m juniorów C-1 2 x 2000 m juniorów
K-1 2000 m młodziczek K-1 2000 m młodzików C-1 2000 m młodzików	K-1 2 x 2000 m senierek K-1 2 x 2000 m seniorów C-1 2 x 2000 m seniorów
K-1 2 x 2000 m junierek młodszych K-1 2 x 2000 m juniorów młodszych C-1 2 x 2000 m juniorów młodszych	K-1, C-1 500 m weteranów