



Zapraszamy **21 grudnia 2016 r.** na Otwarte Mistrzostwa Siemianowic Śląskich w Wyciskaniu Sztangi Leżąc Młodzieży Gimnazjalnej i Ponadgimnazjalnej. Mi
strzostwa odbędą się w Szkole Podstawowej nr 6 w Siemianowicach Śląskich, ul. Chopina 4. Organizatorami imprezy są: Młodzieżowy Dom Kultury im. dr. H. Jordana i Szkoła Podstawowa nr 6 w Siemianowicach Śląskich

Zawody zostaną przeprowadzone w dwóch kategoriach wiekowych:

- młodzież gimnazjalna (dziewczęta i chłopcy)
- młodzież ponadgimnazjalna (dziewczęta i chłopcy)

Plan zawodów:

- godz. 16.00-16.30 – ważenie, rejestracja zawodników, rozgrzewka
- godz. 16:30 – start zawodów.
- godzina zakończenia zawodów uzależniona jest od ilości startujących zawodników.

Zawody zostaną rozegrane według formuły Wilks'a. Dla wszystkich uczestników zawodów organizatorzy planują dyplomy i słodkie upominki, a dla najlepszych nagrody rzeczowe. Osoby niepełnoletnie chcące wziąć udział w zawodach muszą posiadać zgodę rodziców lub prawnych opiekunów oraz ich deklarację o dobrym stanie zdrowia dziecka. Zgłoszenia prosimy kierować do dnia 20.12.2016 r. na adres: jpolechonski@op.pl - liczba uczestników ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń. Wszelkich wyjaśnień i informacji udziela dyrektor zawodów – dr Jacek Polechoński (jpolechonski@op.pl).

UDZIAŁ W ZAWODACH BEZPŁATNY !!! ZAPRASZAMY!!!