



REGULAMIN AKADEMICKICH
MISTRZOSTW WOJEWÓDZTWA
ZACHODNIOPOMORSKIEGO W
RATOWNICTWIE WODNYM
SZCZECIN
23. 04. 2026



Akademicki
Związek
Sportowy



1. ORGANIZACJA I PRZEPROWADZENIE ZAWODÓW

AMWZ w Ratownictwie Wodnym organizuje Politechnika Morska w Szczecinie

2. ZDOLNOŚĆ DO UCZESTNICTWA

Do udziału w AMWZ drużyny żeńskie i męskie (osobna klasyfikacja) zgłaszane są przez KU AZS macierzystej Uczelni z rejonu województwa zachodniopomorskiego. Reprezentanci uczelni muszą posiadać aktualną legitymację AZS (ubezpieczenie !!!)

3. ZAWODNICY I ZAWODNICZKI

- a) Drużyna nie posiadająca pełnego składu, będzie brała udział odpowiednio w męskich lub żeńskich konkurencjach (nie jest obowiązkowe wystawienie obydwu ekip: męskiej i żeńskiej jako członków drużyny).
- b) Słowa zawarte w tym regulaminie oznaczające płęć męską (jego, on, zawodnik itp.) obejmują również kobiety.

4. WARUNKI ZAWODÓW

- a. Kierownicy drużyn i zawodnicy odpowiedzialni są za zaznajomienie się z programem zawodów oraz przepisami i regulaminem dotyczącymi poszczególnych konkurencji.
- b. Zawodnicy zgłaszają się punktualnie w wyznaczonym miejscu zbiórki przed rozpoczęciem każdej konkurencji.
- c. Podstawianie lub wykorzystywanie nieautoryzowanych zawodników będzie skutkować dyskwalifikacją drużyny lub zawodnika.
- d. Spóźnieni na miejsce zbiórki zawodnicy nie będą dopuszczeni do konkurencji.
- e. Uczestnicy AMWZ nie biorący udziału w konkurencji muszą opuścić wyznaczone miejsce jej rozgrywania.
- f. Zawodnicy zobowiązani są stosować się do przepisów regulaminu AMWZ, a ich naruszenie będzie zgłaszane Sędziemu Głównemu, który podejmie odpowiednie działania.



5. UDZIAŁ DRUŻYN

- a. Drużyny rejestrują się przed zawodami w czasie i miejscu rejestracji podanym w komunikacie przez organizatora AMWZ.
- b. **Każdy zawodnik drużyny ma prawo startu w dwóch konkurencjach sztafetowych i jednej indywidualnej.**

Przykładowy układ startowy drużyny - 6 zawodniczek

Drużyna	Zawodnik	Konkurencje				
		Sztafeta 1	Indywidualna 1	Sztafeta 2	Indywidualna 2	Sztafeta 3
		A	A	C	C	E
B	B	D	D	F		
C	E	E	F	A		
D		F		B		

- c. Niewłaściwe zachowanie się uczestników drużyny lub jej pomocników w trakcie AMWZ może być podstawą dyskwalifikacji i niedopuszczenia do następnych konkurencji.
- d. Zawodnik lub drużyna, która nie stawia się na konkurencję w odpowiednim czasie lub odejdzie z miejsca zbiórki przed startem nie zostanie dopuszczona do startu w tej konkurencji i nie otrzyma za nią punktów.

6. SĘDZIOWIE I UCZESTNICTWO DZIAŁACZY

Organizator i Sędzia Główny AMWZ ponoszą odpowiedzialność za przebieg i zakończenie zawodów, w tym odprawy działaczy, spotkania z kierownikami drużyn, kompilacji punktacji i ogłaszania wyników.

7. PRYZNAWANIE PUNKTÓW

- a. **Obliczanie punktów za każdą konkurencję przeprowadzoną w ramach AMWZ odbywa się poprzez przeliczenie uzyskanego przez zawodnika miejsca w danej konkurencji na odpowiednią wartość punktową.**
- b. Punktuje dwóch zawodników z najlepszymi czasami danej drużyny w konkurencjach indywidualnych oraz najlepsza sztafeta danej drużyny.
- c. Punkty przyznawane będą w każdej konkurencji indywidualnej wg poniższego klucza:

1 miejsce – 12 punktów

2 miejsce – 10 punktów

3 miejsce – 9 punktów

4 miejsce – 7 punktów

5 miejsce – 6 punktów

6 miejsce – 5 punktów

7 miejsce – 4 punkty

8 miejsce – 3 punkty

9 miejsce – 2 punkty

10 miejsce – 1 punkt

d. Punkty w każdej konkurencji drużynowej (sztafeta) wg poniższego klucza:

1 miejsce – 24 punktów

2 miejsce – 20 punktów

3 miejsce – 18 punktów

4 miejsce – 16 punktów

5 miejsce – 14 punktów

W przypadku uzyskania jednakowego czasu zawodnicy otrzymują równą liczbę punktów przypadającą określonej pozycji. Zawodnicy z następnych pozycji uzyskują punkty wg kolejności zajętych miejsc.

e. Na wynik końcowy całej drużyny w klasyfikacji generalnej AMWZ złożą się suma wyników końcowych drużyny męskiej i żeńskiej w osobnej klasyfikacji. W przypadku remisu (uzyskania jednakowej liczby punktów) w klasyfikacji końcowej o miejscu zajęтым przez daną drużynę będzie decydowała liczba zajętych wyższych miejsc, a rozstrzygnięcie nastąpi przy użyciu następującego systemu:

i. najwięcej 1 miejsc, najwięcej 2 miejsc, najwięcej 3 miejsc itd.

f. Klasyfikacja konkurencji drużynowych prowadzona jest z uwzględnieniem każdego startującego zespołu danej drużyny, natomiast punkty klasyfikacji generalnej przyznawane są wyłącznie **jednemu** zespołowi **z drużyny** sklasyfikowanemu wyżej.

g. Jeżeli indywidualny zawodnik zostanie zdyskwalifikowany w danej konkurencji nie będzie mógł otrzymać żadnych punktów za zdobyte miejsce w tej konkurencji.

h. Jeżeli drużyna zostanie zdyskwalifikowana w danej konkurencji nie będzie mogła otrzymać żadnych punktów za zdobyte miejsce w tej konkurencji.

8. KONKURENCJE

Konkurencje indywidualne:

50m ratowanie manekina

50m ratownik

Konkurencje drużynowe:

4 x 25m sztafeta holowanie manekina

4 x 50m sztafeta z pasem ratowniczym węgorz

4 x 100m RES

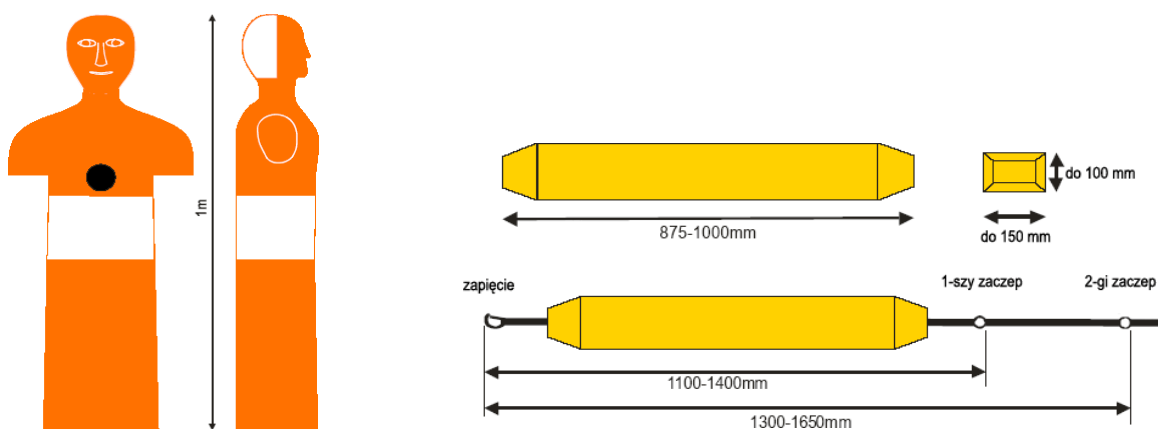
9. PROCEDURA STARTOWA

- a. Na sygnał dźwiękowy (długi gwizdek) sędziego lub osoby przezeń nominowanej zawodnicy zajmują miejsca na słupku startowym lub w innej pozycji określonej w opisie konkurencji; Sędzia Główny (lub osoba nominowana) daje znak starterowi do wydania sygnału startu; na komendę startera: „na miejsca” zawodnicy niezwłocznie przyjmują pozycję startową, gdy wszyscy znieruchomią starter daje dźwiękowy sygnał do startu
- b. Falstart jest jednoznaczny z dyskwalifikacją zawodnika; wyścig nie zostaje zatrzymany, a zawodnik zostaje poinformowany o dyskwalifikacji po zakończeniu wyścigu (reguła jednego startu).
- c. Jeżeli Sędzia Główny lub Starter (lub osoba nominowana) zadecyduje, że nastąpił falstart techniczny, odgwizdże to swoim gwizdkiem, po czym procedura startowa zostanie powtórzona.

Jeżeli z powodu błędu sędziego nastąpi błąd zawodnika, zawodnik nie zostanie zdyskwalifikowany

10. PŁYWALNIA ORAZ SPRZĘT

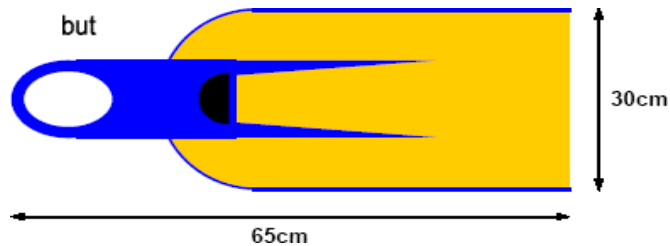
- a) AMWZ odbędą się na 25-cio metrowej pływalni Politechniki Morskiej w Szczecinie
- b) Minimalna głębokość to 1,40 m, maksymalną głębokość to 1,80 m.
- c) Na AMWZ zostaną zastosowane hermetyczne manekiny plastikowe typu PITET o wysokości 1 m, zapewnia organizator AMWZ.
- d) Pasy ratownicze typu „węgorz” spełniające wymagania ILSE o wymiarach podanych na rysunku, zapewnia organizator MP.



- e) Zabrania się startu zawodników wykorzystujących własny sprzęt (manekin, pas itp.) bez wcześniejszego zgłoszenia tego faktu Sędziemu Głównemu. Sędzia Główny może odmówić możliwości startu na sprzęcie zaproponowanym przez Zawodnika lub Kierownika danej drużyny.

11. SPRZĘT WŁASNY

- a. Każda zawodnik jak i drużyna musi dysponować własnymi płetwami.
- b. Para płetw używana w zawodach musi posiadać całkowitą długość łącznie z "butem" lub paskiem na pięcie (regulowanym paskiem na pięcie) do 0,65m oraz największą szerokość do 0,30 m.



- c. Płetwy mierzone są na nogach zawodnika bądź w specjalnie do tego przygotowanych miarkach.
- d. Płetwy nie zostaną dopuszczone do użytkowania, jeśli nie spełniają wymogów podanego wyżej rozmiaru lub stanowią zagrożenie bezpieczeństwa.

12. SPOSOBY TRZYMANIA I HOLOWANIA MANEKINA

- a. Manekin musi być holowany, a nie pchany.
- b. Twarz manekina musi znajdować się przy powierzchni wody twarzą do góry.
- c. Dopuszczalne jest holowanie manekina z twarzą całkowicie zanurzoną, jednak ruchy pionowe manekina w dół, będą traktowane jako topienie manekina.
- d. Manekina należy trzymać przynajmniej jedną ręką.
- e. Manekina nie wolno trzymać za szyję, usta lub nos.
- f. Manekin nie może być holowany za korek.
- g. Dopuszcza się chwyt za brodę.
- h. Nie wolno stracić kontaktu z manekinem, aż do chwili dotknięcia końcowej ściany pływalni.
- i. Zawodnik może odbić się od dna pływalni wypływając z manekinem.

KONKURENCJE - OPIS



1. 4x25M SZTAFETA HOLOWANIE MANEKINA

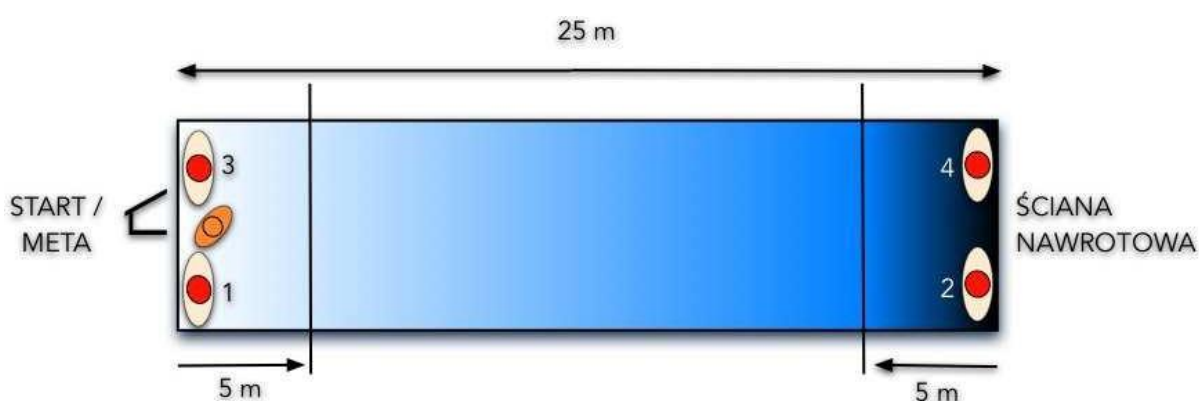
Czterech zawodników na zmianę holuje manekina. Wszyscy zawodnicy podczas wyścigu znajdują się w wodzie. **Na starcie konkurencji pierwszy zawodnik musi tak trzymać manekina przynajmniej jedną ręką, aby dowolna część manekina łamała lustro wody, drugą ręką trzymać się ściany.** Na sygnał dźwiękowy zawodnik zaczyna holować manekina przez 25m, po dotknięciu ściany przekazuje go drugiemu zawodnikowi przy ścianie. Wyznacza się 4 nieoceniane przez sędziów strefy :

- ▶ pomiędzy 0 m a 5 m (przy starcie)
- ▶ pomiędzy 25 m a 30 m
- ▶ pomiędzy 50 m a 55 m
- ▶ pomiędzy 75 m a 80 m

W strefie zmian pozycja holowania manekina nie jest oceniana. Zawodnik kończący swoją zmianę może przekazać manekina kolejnemu zawodnikowi tylko przy ścianie. Zawodnik holujący manekina nie może go wypuścić dopóki następny zawodnik go nie przejmie. Drugi, trzeci i czwarty zawodnik muszą mieć kontakt ze ścianą pływalni, co najmniej jedną ręką, przed przejściem manekina od poprzedniego zawodnika. Ostatni zawodnik, kończy konkurencję przez doholowanie manekina do mety i dotknięcie ściany dowolną częścią ciała. Zawodnik pierwszy może zatopić manekina przy starcie w strefie 5m od ściany startowej, jednak przed gwizdkiem startu **dowolna część manekina musi łamać lustro wody**, natomiast zawodnik czwarty nie może zatopić manekina kończąc wyścig

Uwaga 1: *Zawodnicy pozostają w wodzie, aż do momentu zasygnalizowania przez sędziego zakończenia konkurencji*

SCHEMAT KONKURENCJI



SPRZĘT

Manekin ma być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji

DYSKWALIFIKACJE

- ▶ Falstart.
- ▶ Nieprawidłowa zmiana w sztafecie i/lub zbyt szybkie lub zbyt późne przejęcie manekina (tj. zmiana holowania manekina przed dotknięciem ściany basenu lub poza strefą zmian lub zbyt wczesny start kolejnego zawodnika).
- ▶ Używanie nieprawidłowej techniki holowania
- ▶ Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas przejmowania manekina.
- ▶ Puszczenie manekina przed dokonaniem zmiany.
- ▶ Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany mety.
- ▶ **Rozpoczęcie konkurencji z manekinem będącym całkowicie zanurzonym pod powierzchnią wody.**
- ▶ Inne.

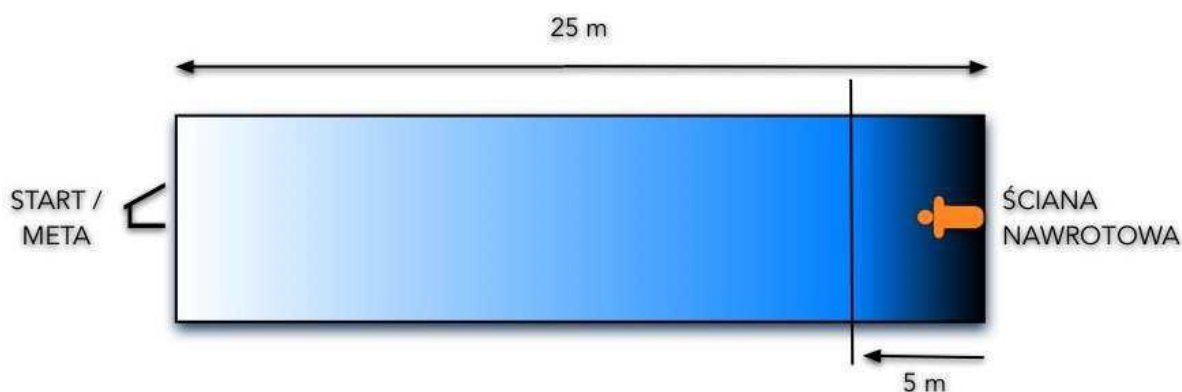
2. 50M RATOWANIE MANEKINA

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i płynie stylem dowolnym do manekina, który ułożony jest na 25 metrze pływalni przy ścianie głową skierowaną w kierunku mety. Następnie zawodnik podejmuje manekina z dna pływalni, wyciąga go na powierzchnię w odległości nie większej niż 5 m od linii, na której manekin był ułożony i holuje go do mety.

Uwaga 1.: Zawodnik może odbić się od dna podczas wyciągania manekina na powierzchnię wody.

Uwaga 2.: Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji holowniczej zanim jego głowa przekroczy linię 5 m.

SCHEMAT KONKURENCJI



SPRZĘT

Manekin podczas konkurencji ma być zakorkowany i całkowicie wypełniony wodą.

Ułożenie manekina:

- ▶ Głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości 1,40m
- ▶ Manekin leży na plecach przy ścianie z głową zwróconą w kierunku mety.

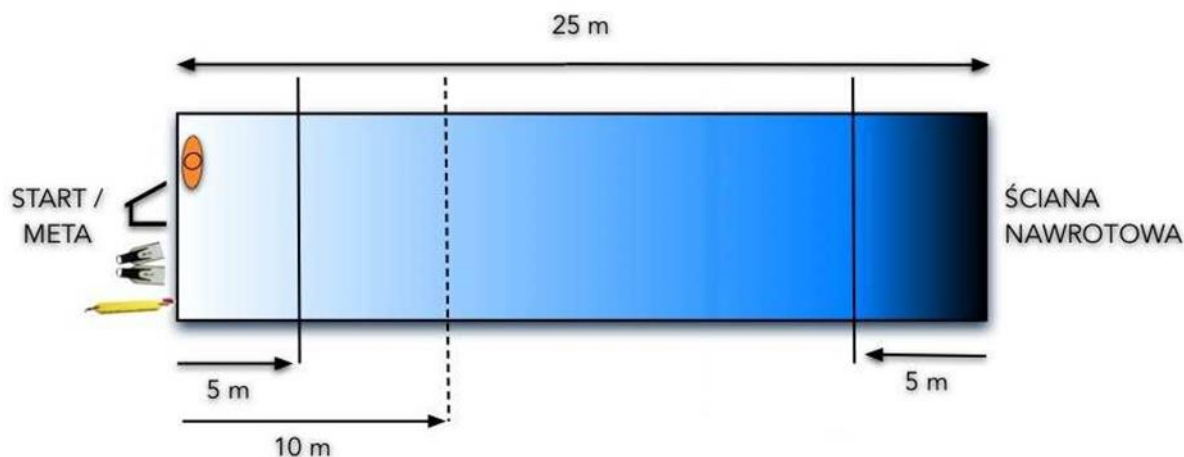
DYSKWALIFIKACJE

- ▶ Falstart.
- ▶ Brak wynurzenia się zawodnika na powierzchnię przed podjęciem manekina.
- ▶ Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas wyciągania manekina.
- ▶ **Brak prawidłowej pozycji holowniczej za linią 5 m (liczone od czubka głowy).**
- ▶ Wyciągnięcie manekina na powierzchnię wody za linią 5 m (liczone od czubka głowy).
- ▶ Używanie nieprawidłowej techniki holowania
- ▶ Puszczanie manekina przed dotknięciem ściany met

3. 4x50M SZTAFETA Z PASEM RATOWNICZYM WĘGORZ

Na sygnał startera pierwszy zawodnik skacze do wody i przepływa 50 m stylem dowolnym. Po dotknięciu ściany na 50 m przez pierwszego zawodnika, drugi zawodnik skacze do wody i przepływa 50 m stylem dowolnym w płetwach. Po dotknięciu ściany przez drugiego zawodnika, trzeci zawodnik przepływa 50 m stylem dowolnym z założonym pasem ratowniczym. Po dotknięciu ściany nawrotowej zawodnik przekazuje szarfę pasa ratowniczego czwartemu zawodnikowi, który znajduje się (w płetwach) w wodzie i czeka przy brzegu trzymając się co najmniej jedną ręką krawędzi basenu. Trzeci zawodnik po przekazaniu szarfę węgorza chwyta pływak pasa ratowniczego obydwoma rękami i jest holowany przez czwartego zawodnika do ściany mety; może pomagać podczas holowania kopiąc nogami – żadna inna pomoc nie jest dozwolona. Trzeci zawodnik musi mieć kontakt z pasem ratowniczym przed przekroczeniem linii 5 m. Czwarty zawodnik przepływa także 50m stylem dowolnym holując za sobą trzeciego zawodnika. Podczas nawrotu na 175 m, ściany nawrotowej musi dotknąć tylko zawodnik pływący w płetwach, zawodnik holowany może odbić się od dna.

SCHEMAT KONKURENCJI



Uwaga 1: Jeżeli, po starcie, zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję. Zawodnik może odszukać płetwę (lub płetwy). Zawodnikowi nie wolno wystartować w innym biegu.

Uwaga 2: Zawodnikowi trzeciemu pływającemu z założonym pasem ratowniczym wolno zdjąć pas i przekazać jego szarfę czwartemu zawodnikowi dopiero po dotknięciu ściany nawrotowej.

Uwaga 3: Zawodnik trzeci przed startem do konkurencji może w dowolny sposób założyć szarfę pasa ratowniczego wokół własnych ramion

DYSKWALIFIKACJE

- ▶ Falstart.
- ▶ Nieprawidłowa zmiana w sztafecie i/lub zbyt szybkie przejęcie lub przekazanie pasa ratowniczego (tj. chwycenie szarfę przez czwartego zawodnika przed dotknięciem ściany basenu przez trzeciego zawodnika).
- ▶ Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów
- ▶ Utrata kontaktu fizycznego przez trzeciego zawodnika z pływakiem pasa ratowniczego podczas gdy jest on holowany przez czwartego zawodnika. Pozorant trzyma pas ratowniczy za linkę lub klamrę.
- ▶ Pozorant pomaga ruchami rąk.
- ▶ Pozorant chodzi po dnie pływalni.
- ▶ Inne

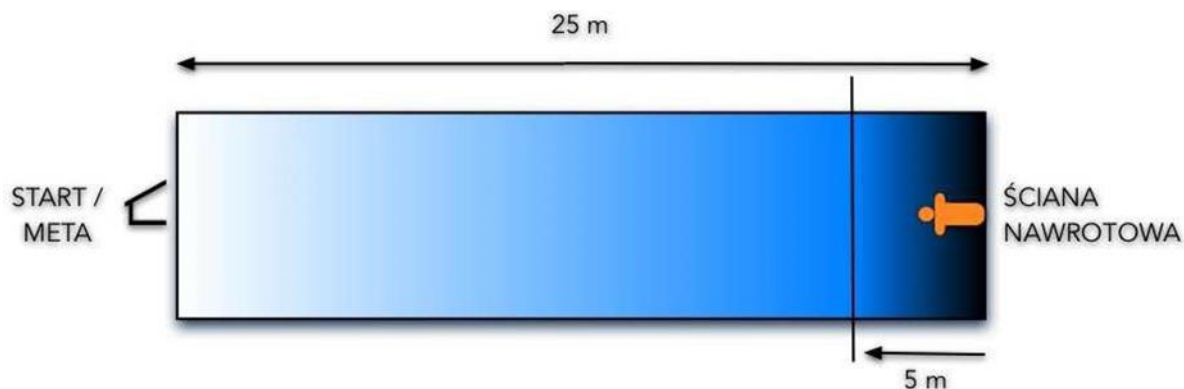
4. 50M RATOWNIK

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 25 m stylem dowolnym w płetwach i z pasem ratowniczym „węgorz”. Po dotknięciu ściany nawrotowej zawodnik musi założyć pas ratowniczy wokół i pod ramionami manekina w strefie nie przekraczającej 5 m od ściany basenu (decyduje czubek głowy manekina), a następnie w strefie do 10 m rozpoczyna holowanie manekina maksymalnie rozciągając linkę pasa ratowniczego. Następnie zawodnik holuje manekina 25 m z powrotem do ściany mety. Zawodnik musi holować manekina na linii maksymalnie rozciągniętej używając pasa ratowniczego, zawodnik nie może przytrzymywać manekina z wyłączeniem strefy nawrotowej w której zakłada pas ratowniczy na manekina.

Uwaga: Zawodnik przed startem do konkurencji może w dowolny sposób założyć szarfę pasa ratowniczego wokół własnych ramion

SPRZĘT

Płetwy - Pas ratowniczy- Manekin



Ułożenie manekina:

Przygotowanie: Manekin zostanie wypełniony wodą w taki sposób, żeby pływał, a poziom wody sięgał górnej krawędzi linii poprzecznej na jego korpusie.

Położenie: Przed rozpoczęciem konkurencji manekin zostanie ustawiony przez osobę trzymającą go w prawym rogu toru (patrząc w kierunku ściany nawrotowej z pozycji zawodnika). Po starcie zawodników osoba trzymająca manekina może zmienić miejsce jego podebrania. Manekin musi być ułożony pionowo i zwrócony twarzą do ściany nawrotowej.

Uwaga 1: Osoba trzymająca manekina będąca członkiem tej samej drużyny co zawodnik, nie wolno jej przebywać w wodzie.

Uwaga 2: Osoba trzymająca manekina musi puścić manekina natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej. Osoba trzymająca manekina nie może popychać manekina w kierunku zawodnika lub ściany nawrotowej.

DYSKWALIFIKACJE

- ▶ Falstart.
- ▶ Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas zakładania pasa ratowniczego na manekina.
- ▶ Nieprawidłowe umocowanie pasa ratowniczego wokół manekina (tzn. nie wokół i nie pod obydwoma ramionami).
- ▶ Nie zabezpieczenie pasa ratowniczego wokół manekina (liczone od czubka głowy) przed linią 5 m.
- ▶ Nie rozciągnięcie liny pasa ratowniczego przed linią 10m.
- ▶ Pchanie manekina zamiast holowania.
- ▶ **Nie utrzymywanie twarzy manekina w kierunku ku górze**

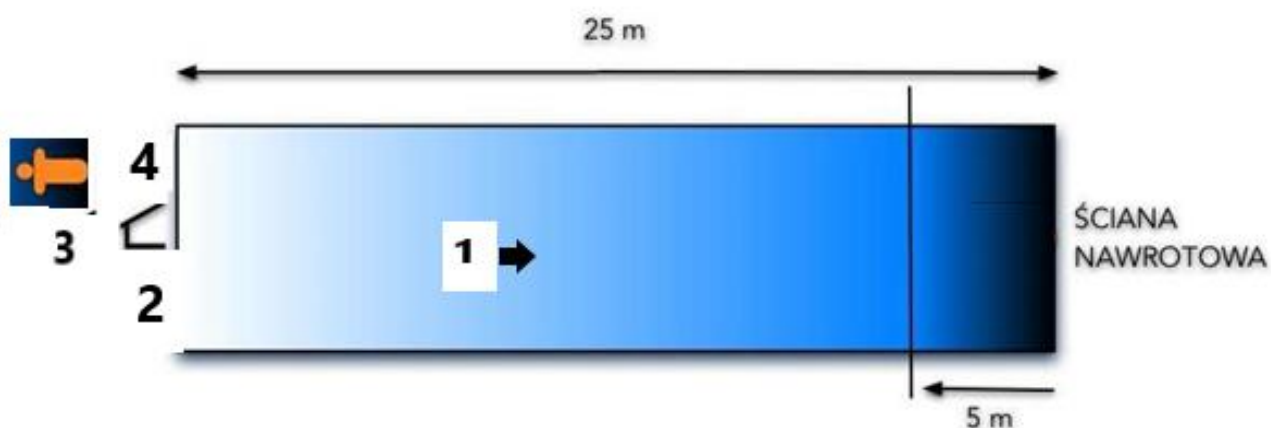
Dotknięcie ściany mety bez pasa ratowniczego i manekina ułożonych odpowiednio.

- ▶ Puszczanie pasa ratowniczego i/lub manekina przed dotknięciem ściany mety.
- ▶ Nie holowanie manekina na linii pasa ratowniczego w całości rozciągniętego jak to wyszczególniono w opisie konkurencji.
- ▶ Nie puszczenie przez osobę trzymającą manekina natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej.
- ▶ Jeżeli osoba trzymająca manekina popchnie go w kierunku zawodnika.
- ▶ Zgubienie manekina podczas holowania.
- ▶ Inne

5. 4x100M SZTAFETA RES

Na sygnał startera pierwszy zawodnik skacze do wody i przepływa 100 m stylem dowolnym a trzeci zawodnik rozpoczyna masaż serca na fantomie, po dotknięciu ściany na mecie, drugi zawodnik skacze do wody i pływa 100 m stylem dowolnym a czwarty zmienia trzeciego na masażu. **Pierwszy po wyjściu z wody czeka na sygnał drugiego który przepływa 100 m. i „klepie” ścianę dając sygnał pierwszemu do zmiany czwartego na RKO. Analogicznie trzeci.. Konkurencje kończy czwarty zawodnik dotknięciem ściany. Zawodnicy 1,2 i 3 wychodzą z wody po prawej stronie słupka wspierając się na rękach (przez ściankę). Uwaga do łącznego czasu wykonania konkurencji będą dodawane sekundy „karne” wynikające z pomiaru skuteczności masażu fantoma .jeżeli łączny % skuteczności wyniesie np. 82% to różnica 100% - 82% = 18 sekund karnych.**

Przykładowy czas - 4:16,02 + 18 s. = 4:34,02



Uwaga 1: Zawodnik przystępuje bezpośrednio do masażu bez czynności rozpoznawczych

DYSKWALIFIKACJE

- ▶ Falstart.
- ▶ Nieprawidłowa zmiana podczas resuscytacji (dłuższa niż 3 sekundy) lub jej przerwanie.

