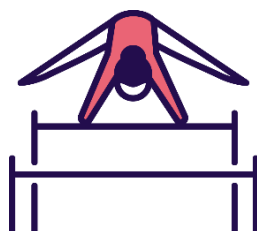




**SYSTEM REGULAMINÓW I WYMAGAŃ
POLSKIEGO ZWIĄZKU GIMNASTYCZNEGO
w gimnastyce sportowej kobiet
na 2026 rok**



Polski Związek
Gimnastyczny

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa

tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl



PZG
POLSKI ZWIĄZEK
GIMNASTYCZNY

1. Organizatorami zawodów mogą być: Okręgowe Związki Sportowe, Wydziały Kultury Fizycznej i Sportu, Wojewódzkie Interdyscyplinarne Stowarzyszenia Sportowe, Kluby Sportowe wytypowane przez Polski Związek Gimnastyczny.
2. W zawodach centralnych mają prawo startu zawodniczki posiadające przynależność klubową, zgłoszone do PZG na rok 2026, legitymujące się ważną licencją i aktualnymi badaniami lekarskimi.
3. Kluby zgłaszające zawodniczki do startów, odpowiedzialne są za ich przygotowanie pod względem opanowania układów w stopniu zapewniającym pełne bezpieczeństwo startu.
4. Koszty organizacyjne zawodów pokrywa organizator, koszty udziału zawodniczek w zawodach pokrywają kluby lub organizator. W zawodach w kategorii młodzika, juniora młodszego, juniora, młodzieżowca i seniora startowe nie może przekraczać 150,00 zł/osobę.

Odstępstwo od tej reguły może nastąpić tylko w uzasadnionych przypadkach za zgodą wiceprezesa ds. gimnastyki sportowej kobiet.

5. W przypadku przekroczenia terminu zgłoszenia zawodniczek do zawodów wprowadza się karę regulaminową – 500,00 zł wpłacaną na konto PZG.
6. Wycofanie zawodniczki po terminie zgłoszenia może nastąpić tylko po okazaniu zwolnienia lekarskiego na odprawie kierowników lub wniesienia opłaty w wysokości startowego za każdą zawodniczkę bez zwolnienia lekarskiego płacone na rzecz organizatora. W przypadku braku opłaty regulaminowej do momentu odprawy kierowników, klub nie zostaje dopuszczony do zawodów.
7. Uczestnicy zawodów sportowych objętych Kalendarzem Centralnych Imprez Sportowych PZG wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych niezbędnych do realizacji działań statutowych przez Polski Związek Gimnastyczny zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 (RODO).

Polski Związek
Gimnastyczny

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl

POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Zawodniczka ma prawo startu wyłącznie w swojej kategorii wiekowej w danym roku kalendarzowym.
2. W DMP w klasie mistrzowskiej (M) i w młodzieżowcu (Młd) drużyna składa się z 2-4 zawodniczek. Do punktacji drużynowej zalicza się wyniki 2 najlepszych zawodniczek na danym przyrządzie bez względu na uzyskane oceny.
3. W DMP kl. I i II do punktacji drużynowej zalicza się wyniki 3 najlepszych zawodniczek na danym przyrządzie bez względu na uzyskane oceny. Drużyna składa się z 3-5 zawodniczek.
4. W programach P3 i P4 w DMP drużyna składa się z 3-4 zawodniczek. Do punktacji drużynowej zalicza się wyniki 3 najlepszych zawodniczek na danym przyrządzie.
5. W kategorii P5 nie rozgrywamy zawodów drużynowych.
6. W Drużynowym Pucharze Polski w programach P1 i P2 drużyna składa się z 4-5 zawodniczek. Do punktacji drużynowej zalicza się wyniki 4 najlepszych zawodniczek na danym przyrządzie.
7. W zawodach drużynowych kolejność startu drużyn ustala się wg wyników zeszłego roku, zgodnie z zasadą: I m. – skok, II m. – poręcz, itp.
8. We wszystkich rodzajach zawodów krajowych z kalendarza imprez PZG zawodniczka ma prawo startu **w konkursie** wyłącznie w swojej kategorii wiekowej. Zawodniczka ma prawo startu w innej niż swojej kategorii wiekowej, poza konkursem (z wyłączeniem OOM).
9. W przypadku łączenia imprez sportowych (np.: zawodów drużynowych i indywidualnych) zawodniczka zgłaszająca start poza konkursem, nie może brać udziału w klasyfikacji w żadnej jej części.
10. Wynik sportowy zawodniczki startującej poza konkursem nie jest brany pod uwagę w klasyfikacji ogólnej zawodów, natomiast może posłużyć do wytypowania do startu w reprezentacji kraju.
11. Organizator musi zapewnić w pełni sprawny, standardowy sprzęt sportowy.
W przypadku niespełnienia ww. warunków trener może wnioskować o dołożenie materaca lub modyfikację niedogodności na korzyść zawodniczki. Wniosek rozpatruje Sędzina Główna.
12. Udział w zawodach:
 - a) Prawo startu w zawodach z kalendarza PZG zaliczanych do SSM (MP, OOM, MMM) mają zawodniczki, które:
 - posiadają obywatelstwo polskie,



- są zrzeszone w klubie posiadającym licencję PZG,
- posiadają aktualne badania lekarskie,
- legitymują się ważną licencją zawodnika Sekcji Gimnastyki Sportowej Kobiet,
- posiadają aktualną klasę sportową.

b) Prawo startu w pozostałych zawodach z kalendarza PZG mają zawodniczki, które:

- są zrzeszone w klubie posiadającym licencję PZG, legitymują się ważną licencją zawodnika Sekcji Gimnastyki Sportowej Kobiet,
- posiadają aktualną klasę sportową.
- posiadają aktualne badania lekarskie,

13. Normy zdobywania klas:

| | |
|---------------------|--------------------|
| Klasa mistrzowska | 46 pkt w wieloboju |
| Klasa młodzieżowiec | 45 pkt w wieloboju |
| Klasa I | 43 pkt w wieloboju |
| Klasa II | 43 pkt w wieloboju |

Zawodniczka zostaje zaliczona do kategorii wiekowej P1–P5, jeżeli w danym roku kalendarzowym wystartuje w co najmniej jednym zawodach objętych kalendarzem PZG.

Za zawody uprawniające do zaliczenia kategorii uznaje się:

- zawody klubowe,
- zawody międzywojewódzkie,
- zawody ogólnopolskie organizowane pod patronatem PZG.

Spełnienie powyższego warunku skutkuje zaliczeniem zawodniczki do odpowiedniej kategorii P1–P5 w Systemie Sportu Młodzieżowego. W przypadku braku startu w ww. zawodach zawodniczka nie zostaje sklasyfikowana w danej kategorii wiekowej.

14. Zasady zdobywania klas sportowych poza wynikiem wielobojowym:

- klasę I i M można zdobyć zajmując miejsca 1-3 na zawodach Pucharu Polski w wieloboju.
- klasę I, Młd i M można zdobyć zajmując miejsca 1-3 w wieloboju na Indywidualnych Mistrzostwach Polski.
- klasę I, Młd i M można zdobyć zajmując miejsca 1-3 w finałach na przyrzędach na Indywidualnych Mistrzostwach Polski.

15. Od dnia 01.01.2026 r. obowiązują następujące kryteria wiekowe w poszczególnych klasach sportowych:

Polski Związek
Gimnastyczny

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa

tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl

O przynależności zawodniczki do danej kategorii decyduje wiek rocznikowy, rozumiany jako rok kalendarzowy odbywania zawodów minus rok urodzenia zawodniczki.

| Poziom | Wiek | Kategoria wiekowa | Rodzaj zawodów | Punktacja SSM |
|---------------|-------------|--------------------------|----------------|---------------|
| P1 | 7-8 lat | Młodzik | MMMM | Nie punktuje |
| P2 | 9 lat | Młodzik | MMMM | Nie punktuje |
| P3 i P4 | 10-11 lat | Młodzik | MMMM | Punktuje SSM |
| P5 | 12 lat | Młodzik | MMMM | Nie punktuje |
| Kl. II | 12-13 lat | Junior młodszy | OOM | Punktuje SSM |
| Kl. I | 14-15 lat | Junior | MIMPJiS | Punktuje SSM |
| Młodzieżowiec | 16-18 lat | Młodzieżowiec/ Senior | MliDMPM | Punktuje SSM |
| Mistrzowska | 16 i więcej | Senior | MIMPJiS | Nie punktuje |

Legenda:

MMMM - Międzynarodowe Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodziczek

OOM - Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży

MIMPJiS - Międzynarodowe Indywidualne Mistrzostwa Polski Juniorek i Seniorek

MliDMPM - Międzynarodowe Indywidualne i Drużynowe Mistrzostwa Polski Młodzieżowców

16. Przepisy dotyczące zniesienia możliwości przyznawania miejsc ex aequo na imprezach centralnych z kalendarza PZG:

REGULAMIN TECHNICZNY 2023 (wg 2023 TECHNICAL REGULATIONS FIG)

• Kwalifikacje

Kwalifikacje do wszystkich finałów: w przypadku remisu - remis zostanie rozstrzygnięty w następujący sposób:

I. Kwalifikacje do finału drużynowego

W przypadku równej liczby punktów:

Zwycięży drużyna z najwyższą sumą uzyskanych punktów na przyrządach (tj. dodając sumę 3, 2, 1 najwyższych wyników na przyrządach u kobiet). Jeśli remis się utrzyma, drużyny podzielą ten sam ranking. Odbędzie się losowanie w celu ustalenia kolejności startu w Finale Drużynowym.

II. Kwalifikacje do finału wieloboju

W przypadku remisu w punktach, aby zakwalifikować się do finału wieloboju, zostanie ustalony ranking przestrzegając następujące kryteria:

1. Zwycięży zawodniczka z najwyższą sumą uzyskaną z końcowych ocen ze wszystkich przyrządów.
2. Jeśli remis się utrzyma, zwycięża zawodniczka z najwyższym łącznym wynikiem E po dodaniu wszystkich przyrządów.
3. Jeśli remis się utrzyma, zwycięża zawodniczka z najwyższym łącznym wynikiem D po dodaniu wszystkich przyrządów.

Jeśli remis się utrzyma, gimnastyczki podzielą ten sam ranking. Odbędzie się losowanie, aby ustalić kolejność startu w finale wieloboju.

III. Kwalifikacje do finałów na przyrządach

W przypadku remisu w punktach, aby zakwalifikować się do finału na przyrządzie (wyjątek na skoku), zostanie ustalony ranking przestrzegając następujące kryteria:

1. Gimnastyczka z najwyższym wynikiem E wygrywa.
2. Gimnastyczka z najwyższym wynikiem D wygrywa.

Jeśli remis się utrzyma, gimnastyczki podzielą ten sam ranking. Odbędzie się losowanie, w celu ustalenia kolejności startu w finale na przyrządzie.

W przypadku remisu w punktach na skoku, aby zakwalifikować się do Finału,

zostanie ustalony ranking przestrzegając następujące kryteria:

1. Gimnastyczka z najwyższym wynikiem z dwóch (2) skoków przed średnią dla wyniku końcowego zwycięża.
2. Zwycięża gimnastyczka z najwyższym wynikiem E z dowolnego wykonanego skoku.
3. Zwycięża gimnastyczka z najwyższym wynikiem D z dowolnego wykonanego skoku.

Jeśli remis pozostanie, remis nie zostanie rozstrzygnięty. Pomiędzy remisującymi gimnastyczkami zostanie przeprowadzone losowanie, aby ustalić kolejność startu w finale.

IV. Finały

1. Finał drużynowy

W przypadku równej liczby punktów:

Zwycięży drużyna z najwyższą sumą uzyskanych punktów na przyrządach (tj. dodając sumę 5, 4, 3, 2, 1 najwyższych wyników na przyrządach u mężczyzn, i sumę 3, 2, 1 najwyższych wyników na przyrządach u kobiet). Jeśli remis się utrzyma, drużyny podzielą ten sam ranking.

2. Finał wieloboju

W przypadku remisu w punktach, aby zakwalifikować się do finału wieloboju, zostanie ustalony ranking przestrzegając następujące kryteria:

1. Zwycięża zawodniczka z najwyższą sumą uzyskaną z końcowych ocen ze wszystkich przyrządów.
2. Jeśli remis się utrzyma, zwycięża zawodniczka z najwyższym łącznym wynikiem E po dodaniu wszystkich przyrządów.
3. Jeśli remis się utrzyma, zwycięża zawodniczka z najwyższym łącznym wynikiem D po dodaniu wszystkich przyrządów.

Jeśli remis się utrzyma, gimnastyczki podzielą ten sam ranking.

3. Finały na przyrządach

W przypadku remisu w punktach, w wyniku końcowym na danym przyrządzie (wyjątek na skoku), zostanie ustalony ranking przestrzegając następujące kryteria:

1. Gimnastyczka z najwyższym wynikiem E wygrywa.
2. Gimnastyczka z najwyższym wynikiem D wygrywa.

Jeśli remis się utrzyma, gimnastyczki podzielą ten sam ranking.

W przypadku remisu w punktach na skoku, zostanie ustalony ranking przestrzegając następujące kryteria:

1. Gimnastyczka z najwyższym wynikiem z dwóch (2) skoków przed średnią dla wyniku końcowego zwycięża.
2. Zwycięża gimnastyczka z najwyższym wynikiem E z dowolnego wykonanego skoku.
3. Zwycięża gimnastyczka z najwyższym wynikiem D z dowolnego wykonanego skoku.

Jeśli remis się utrzyma, gimnastyczki podzielą ten sam ranking.

17. Wszelkie spory dotyczące interpretacji związanych z regulaminem imprez centralnych PZG ma obowiązek wyjaśnić osobiście oraz podjąć decyzje Przewodniczący Zarządu Sekcji Gimnastyki Sportowej Kobiet lub w razie jego nieobecności z-ca przewodniczącego Sędziego Główny Zawodów.
18. Klasę Mistrzowską Międzynarodową zdobywa się na zawodach IO, MŚ, PŚ i ME senierek zgodnie z Regulaminem zdobywania klasy MM PZG.
19. Klasę M, klasę Młd oraz I zdobywa się na zawodach objętych kalendarzem PZG wg Regulaminu PZG.
20. Klasę II oraz programy od P1 do P5 zdobywa się na zawodach objętych kalendarzem PZG oraz na zawodach okręgowych i klubowych.
21. W zawodach Pucharu Polski w kl. I i M PZG zawodniczki mogą używać dodatkowych materaców na wszystkich przyrządach podczas wykonywania ćwiczeń, jeśli to nie zakłóca rytmu ćwiczenia oraz pracy komisji sędziowskiej. Dodatkowe materace asekuracyjne mogą być stosowane do grup trudności D i wyższych (akrobatycznych).

22. W zawodach w kl. II i w programach od P1 do P5 PZG zawodniczki mogą używać dodatkowych materaców na wszystkich przyrządach podczas wykonywania ćwiczeń, jeśli to nie zakłóca rytmu ćwiczenia oraz pracy komisji sędziowskiej. Dodatkowe materace asekuracyjne mogą być stosowane do grup trudności C i wyższych (akrobatycznych) oraz do serii akrobatycznych z grup trudności C i wyższych.
23. W zawodach krajowych organizowanych przez PZG zawodniczki mają obowiązek nosić ubiory z symbolami i napisami określającymi przynależność klubową.
24. Na zawodach rangi międzynarodowej, gdzie zawodniczka jest reprezentantką naszego kraju ma ona obowiązek korzystać wyłącznie ze sprzętu wyznaczonego przez PZG na daną imprezę.
25. Organizator ma obowiązek przesłania wyników z zawodów na adres Polskiej Federacji Sportu Młodzieżowego wyniki-ssm@insp.home.pl w ciągu 14 dni po zawodach oraz w ciągu 7 dni do Biura PZG.

Komunikat końcowy powinien zawierać poniższe informacje:

- nazwiska i imiona zawodniczek,
 - rok urodzenia zawodniczek,
 - nazwy klubów (pełna nazwa zgodna z wpisem do rejestru lub ewidencji stowarzyszeń)
 - województwo,
 - PESEL (wymóg regulaminowy od roku 2019),
 - w przypadku konkurencji drużynowych konieczne jest podanie imiennych składów startujących zespołów (drużyn), wraz z rokiem urodzenia każdej z zawodniczek.
26. Klub ma obowiązek zapewnić zastępstwo za powołaną, a nie obecną sędzinę swojego klubu (zastępstwo może pełnić sędzina z innego klubu lub okręgu w ramach porozumienia między klubami).

Brak powołanego sędziego spowoduje nałożenie na klub kary finansowej umieszczonej w tabeli opłat PZG sekcja GSK.

Kara za brak sędziego powinna wpłynąć na konto organizatora podane w komunikacie zawodów.

Brak wniesienia opłaty za brak sędziego skutkować będzie niedopuszczeniem zawodniczek z danego klubu do startu w zawodach.

27. Komisja sędziowska

Przewodnicząca komisji sędziowskiej odpowiedzialna jest za powołanie składu komisji na zawody ogólnopolskie oraz sędzin z BREVET na zawody międzynarodowe.

Wymagana minimalna liczba sędzin na zawodach ogólnopolskich:

- IMP – 12 + 1
- DMP – 12 + 1
- PP – 8 + 1
- OOM – 12 + 1

Tabela opłat PZG GSK

- Opłata startowa 150,00 zł
- Opłata za brak powołanego sędziego:
 - zawody jednodniowe 500,00 zł
 - zawody dwudniowe 1 000,00 zł

I. Międzynarodowy Puchar Polski Seniorek, Juniorek i Juniorek Młodszych

Cel zawodów:

- Sklasyfikowanie zawodniczek.
- Sprawdzian opanowania układów.
- Ocena postępów zawodniczek.
- Podstawa do wytypowania zawodniczek na turnieje międzynarodowe, Mistrzostwa Europy i Świata, Puchary Świata.

Warunki uczestnictwa:

kl. II PZG:

- Prawo startu mają zawodniczki w wieku rocznikowym 12-13 lat.
- W finale na przyrzędach prawo startu ma 8 najlepszych zawodniczek

wyłonionych z wieloboju.

- Zawodniczka ma prawo startu w maksymalnie 2 finałach.

kl. I PZG:

- Prawo startu mają zawodniczki w wieku rocznikowym 14-15 lat.

kl. M PZG:

- Prawo startu mają zawodniczki w wieku rocznikowym od 16 lat.

II. Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży w kl. II PZG

Cel zawodów:

- Wyłonienie najlepszych zawodniczek Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży w kategorii junierek młodszych.
- Podstawa do sklasyfikowania zawodniczek.
- Popularyzacja gimnastyki sportowej.
- Ocena postępów zawodniczek.
- Ocena pracy szkoleniowej w klubach.
- Powołanie Kadry Junierek Młodszych na 2026 rok.

Program zawodów:

- Zawody w kl. II zostaną przeprowadzone w wieloboju i finałach na poszczególnych przyrządach wg regulaminu PZG.

Warunki uczestnictwa:

kl. II PZG:

- Prawo startu mają zawodniczki w wieku rocznikowym 12-13 lat.
- Prawo startu mają tylko zawodniczki posiadające polskie obywatelstwo.
- W finale na przyrządach prawo startu ma 8 najlepszych zawodniczek wyłonionych z wieloboju.
- Zawodniczka ma prawo startu w maksymalnie 2 finałach.
- Przy wyborze finalistek decyduje miejsce zajęte na przyrządzie, w wypadku, gdy zawodniczka zajmuje więcej niż dwa takie same miejsca na przyrządach o wyborze przyrządu decyduje trener.

Sposób wyłaniania zwycięzców:

- W kl. II PZG do finałów OOM kwalifikuje się 56 najlepszych zawodniczek z wieloboju.
- Mistrzynią Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży zostaje zawodniczka, która uzyskała największą liczbę punktów w wieloboju.
- Mistrzynią Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży na danym przyrządzie zostaje zawodniczka, która uzyskała najwyższą liczbę punktów w finale tego przyrządu.

Medale i dyplomy:

- Za 1-3 miejsce w wieloboju i finałach na poszczególnych przyrządach zawodniczka otrzymuje medal i dyplom.
- Za 4-8 miejsce dyplom.

III. Międzynarodowe Indywidualne Mistrzostwa Polski Seniorek i Juniorek

Cel zawodów:

- Wyłonienie MIMP w kl. M i I.
- Podstawa do sklasyfikowania zawodniczek.
- Popularyzacja gimnastyki sportowej.
- Powołanie Kadry Seniorek i Juniorek na 2026 rok.
- Ocena pracy szkoleniowej w klubach.
- Podstawa do wytypowania zawodniczek na turnieje międzynarodowe, Mistrzostwa Europy i Świata, Puchary Świata.
- Wielobój I stopień FIG (patrz program klasyfikacyjny PZG).
- Finały III stopień FIG (patrz program klasyfikacyjny PZG).
- Wielobój I stopień FIG (patrz program klasyfikacyjny PZG).
- Finały III stopień FIG (patrz program klasyfikacyjny PZG).

Warunki uczestnictwa:

Kl. M:

- W kl. M prawo startu mają zawodniczki w wieku rocznikowym od 16 lat.
- W finale prawo startu ma 8 najlepszych zawodniczek wyłonionych na

podstawie wieloboju.

- Zawodniczka ma prawo startu w 4 finałach.

Kl. I:

- W kl. I prawo startu mają zawodniczki w wieku rocznikowym 14-15 lat.
- W finale prawo startu ma 8 najlepszych zawodniczek wyłonionych na podstawie wieloboju.
- Zawodniczka ma prawo startu w 3 finałach.

Sposób wyłaniania zwycięzców:

- Mistrzynią Polski w wieloboju w kl. M i I zostaje zawodniczka, która uzyskała największą liczbę punktów w wieloboju.
- Mistrzynią Polski na poszczególnych przyrządach w kl. M i I PZG zostaje zawodniczka, która uzyskała najwyższą ocenę w ćwiczeniach finałowych na poszczególnych przyrządach.

Medale i dyplomy:

- Za 1-3 miejsce w wieloboju i finałach na poszczególnych przyrządach zawodniczka otrzymuje medal i dyplom.
- Za 4-8 miejsce w wieloboju i finałach zawodniczka otrzymuje dyplom.

IV. Międzynarodowe Indywidualne i Drużynowe Mistrzostwa Polski Młodzieżowców

Cel zawodów:

- Wyłonienie najlepszych zawodniczek w MIMP w kl. Młd.
- Wyłonienie najlepszych drużyn klubowych.
- Podstawa do sklasyfikowania zawodniczek.
- Popularyzacja gimnastyki sportowej.
- Powołanie Kadry Młodzieżowców na 2026 rok.
- Ocena pracy szkoleniowej w klubach.
- Podstawa do wytypowania zawodniczek na turnieje międzynarodowe, Mistrzostwa Europy i Świata, Puchary Świata.
- Wielobój I stopień FIG (patrz program klasyfikacyjny PZG).

Polski Związek
Gimnastyczny

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa

tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl

- Finały III stopień FIG (patrz program klasyfikacyjny PZG).
- Wielobój I stopień FIG (patrz program klasyfikacyjny PZG).
- Finały III stopień FIG (patrz program klasyfikacyjny PZG).

Warunki uczestnictwa:

Kl. Młd:

- W kl. Młd prawo startu mają zawodniczki w wieku rocznikowym 16-18 lat.
- W finale prawo startu ma 6 najlepszych zawodniczek wyłonionych na podstawie wieloboju.
- Zawodniczka ma prawo startu w 3 finałach.
- W MDMP Młd stanowią 2-4 zawodniczki.

Sposób wyłaniania zwycięzców:

- Mistrzynią Polski w wieloboju w kl. Młd PZG zostaje zawodniczka, która uzyskała największą liczbę punktów w wieloboju.
- Mistrzynią Polski na poszczególnych przyrządach w kl. Młd PZG zostaje zawodniczka, która uzyskała najwyższą ocenę w ćwiczeniach finałowych na poszczególnych przyrządach.

Medale i dyplomy:

- Za 1-3 miejsce w wieloboju i finałach na poszczególnych przyrządach zawodniczka otrzymuje medal i dyplom.
- Za 4-8 miejsce w wieloboju i finałach zawodniczka otrzymuje dyplom.

V. Międzynarodowe Drużynowe Mistrzostwa Polski w kl. M i II PZG

Cel zawodów:

- Wyłonienie najlepszych drużyn klubowych.
- Sklasyfikowanie zawodniczek.
- Ocena pracy szkoleniowej w klubach.

Program zawodów:



- Kl. M - wielobój drużynowy IV stopień FIG (wg regulaminu PZG).
- Kl. II - wielobój drużynowy (wg regulaminu PZG).

Warunki uczestnictwa:

- W kl. M prawo startu mają zawodniczki w wieku rocznikowym od 16 lat.
- W kl. II prawo startu mają zawodniczki w wieku rocznikowym 12-13 lat.
- Drużynę w kl. M stanowią 2-4 zawodniczki.
- Drużynę w kl. II PZG stanowią 3-5 zawodniczek.
- Klub ma prawo zgłosić dowolną liczbę drużyn w każdej klasie.
- Zawodniczka może tylko startować w jednej klasie.
- Zawodniczka może również startować indywidualnie jako ostatnia po drużynach lub w oddzielnym zastępie.
- W Drużynowych Mistrzostwach Polski prawo startu mają wyłącznie zawodniczki posiadające aktualną licencję PZG oraz przynależność klubową przez okres co najmniej 6 miesięcy przed datą zawodów, niezależnie od posiadanego obywatelstwa.

Sposób wyłaniania zwycięzców:

- DMP w kl. M i Młd zostaje drużyną, która w wieloboju uzyskała największą liczbę punktów, licząc 2 najlepsze wyniki na każdym przyrządzie.
- DMP w kl. II zostaje drużyna, która w wieloboju uzyskała największą liczbę punktów, licząc 3 najlepsze wyniki na każdym przyrządzie.

Medale i dyplomy:

- Za 1-3 miejsce drużyna w kl. M, Młd i II oraz ich trenerzy otrzymują medale, puchary i dyplomy.
- za 4-8 miejsce drużyna oraz ich trenerzy otrzymują dyplomy.
- dyplom otrzymuje każda zawodniczka.

VI. Międzynarodowe Drużynowe Mistrzostwa Polski w kl. I, w programach P3 i P4 PZG

Cel zawodów:

- Wyłonienie najlepszych drużyn klubowych.

Polski Związek
Gimnastyczny
ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl



- Sklasyfikowanie zawodniczek.
- Ocena pracy szkoleniowej w klubach.

Program zawodów:

- Kl. I - wielobój drużynowy (wg regulaminu PZG).
- Programy P3 i P4 - wielobój drużynowy (wg regulaminu PZG).

Warunki uczestnictwa:

- W kl. I prawo startu mają zawodniczki mające rocznikowo 14-15 lat.
- Drużynę w kl. I PZG stanowią 3-5 zawodniczek.
- W programach P3 i P4 prawo startu mają:
 - Program P3: zawodniczki w wieku rocznikowym 10 lat.
 - Program P4: zawodniczki w wieku rocznikowym 11 lat.
- Drużynę w programach P3 stanowią 3-4 zawodniczki.
- Drużynę w programach P4 stanowią 3-4 zawodniczki.
- Klub ma prawo zgłosić dowolną liczbę drużyn w każdej klasie.
- Zawodniczka może startować tylko w jednym programie.
- Zawodniczka może również startować indywidualnie jako ostatnia po drużynach, jeżeli będzie ona dokooptowana lub w oddzielnym zastępie.
- W Drużynowych Mistrzostwach Polski prawo startu mają wyłącznie zawodniczki posiadające aktualną licencję PZG oraz przynależność klubową przez okres co najmniej 6 miesięcy przed datą zawodów, niezależnie od posiadanego obywatelstwa.

Sposób wyłaniania zwycięzców:

- DMP w kl. I zostaje drużyna, która w wieloboju uzyskała największą liczbę punktów, licząc 3 najlepsze wyniki na każdym przyrządzie.
- DMP w programach P3 zostaje drużyna, która w wieloboju uzyskała największą liczbę punktów, licząc 3 najlepsze wyniki na każdym przyrządzie.
- DMP w programach P4 zostaje drużyna, która w wieloboju uzyskała największą liczbę punktów, licząc 3 najlepsze wyniki na każdym przyrządzie.

Polski Związek
Gimnastyczny
ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl



Medale i dyplomy:

- Za 1-3 miejsce drużyna w kl. I i w programach P3 i P4 oraz ich trenerzy otrzymują medale, puchary i dyplomy.
- Za 4-8 miejsce drużyna oraz ich trenerzy otrzymują dyplomy.
- dyplom otrzymuje każda zawodniczka.

VII. Międzynarodowy Drużynowy Puchar Polski

Cel zawodów:

- Wyłonienie najlepszych drużyn klubowych.
- Popularyzacja gimnastyki.
- Sklasyfikowanie zawodniczek.
- Ocena pracy szkoleniowej.

Program zawodów:

- Wielobój programów P1, P2, P3, P4 PZG zgodnie z programami klasyfikacyjnymi PZG.

Warunki uczestnictwa:

- W programach prawo startu mają:
 - Program P1: zawodniczki w wieku rocznikowym 7-8 lat.
 - Program P2: zawodniczki w wieku rocznikowym 9 lat.
 - Program P3: zawodniczki w wieku rocznikowym 10 lat.
 - Program P4: zawodniczki w wieku rocznikowym 11 lat.
- Drużynę w Pucharze Polski stanowią 3-4 zawodniczki z każdego programu.
- Klub ma prawo zgłosić dowolną liczbę drużyn.
- Kategorie wiekowe w poszczególnych klasach zgodnie z regulaminem PZG.

Sposób wyłaniania zwycięzców:

- Drużynowy Puchar Polski zdobywa drużyna, która uzyskała największą liczbę punktów licząc 3 najlepsze wyniki na każdym przyrządzie.

Medale i dyplomy:

Polski Związek
Gimnastyczny
ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl



PZG
POLSKI ZWIĄZEK
GIMNASTYCZNY

- Za 1-3 miejsca drużyny otrzymują medale, puchary i dyplomy.
- Za 4-8 miejsca drużyny otrzymują dyplomy.

VIII. Międzynarodowe Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodziczek – programy P1, P2, P3 i P4

Strefa A:

- MKS Gdańsk
- AZS AWFIS Gdańsk
- UKS SMS Olsztyn
- Akademia Leszka Blanika Gdańsk

Strefa B:

- MKS Kusy Szczecin
- CWZS Zawisza KG Bydgoszcz
- Fundacja Rusz Się Polsko! Warszawa

Strefa C:

- TS Wisła Kraków
- Korona 1919 Kraków
- UKS „SP 7” Łódź

Strefa D:

- Pałac Młodzieży Katowice
- KG Iskra Zabrze
- NTG Nysa
- Fundacja In Motion Wrocław
- KS Evo Gym AZS AWF Katowice

Cel zawodów:

- Wyłonienie najlepszych zawodniczek MMMM w programach P1, P2, P3 i P4.
- Przegląd bezpośredniego zaplecza Kadry Juniorek i Juniorek Młodszych.
- Podstawa do sklasyfikowania zawodniczek.

Polski Związek
Gimnastyczny

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa

tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl



- Ocena pracy szkoleniowej w klubach.
- Popularyzacja gimnastyki sportowej.
- Aktywizacja UKS w gimnastyce sportowej.
- Koszty organizacji zawodów pokrywają Wojewódzkie Interdyscyplinarne Stowarzyszenia Sportowe, Okręgowe Związki Gimnastyczne i kluby sportowe.
- Koszty uczestnictwa ekip w MMMM pokrywają kluby.

Program zawodów:

- Zawody w programach P1, P2, P3 i P4 zostaną przeprowadzone w wieloboju i finałach na poszczególnych przyrządach wg regulaminu PZG.

Warunki uczestnictwa:

- W MMMM prawo startu mają:
 - Program P1: zawodniczki w wieku rocznikowym 7-8 lat.
 - Program P2: zawodniczki w wieku rocznikowym 9 lat.
 - Program P3: zawodniczki w wieku rocznikowym 10 lat.
 - Program P4: zawodniczki w wieku rocznikowym 11 lat.
- W finale prawo startu ma 6 najlepszych zawodniczek wyłonionych z wieloboju.
- Zawodniczka ma prawo startu w maksymalnie 2 finałach.
- Przy wyborze finalistek decyduje miejsce zajęte na przyrządzie, w wypadku, gdy zawodniczka zajmuje więcej niż dwa takie same miejsca na przyrządach o wyborze przyrządu decyduje trener.

Sposób wyłaniania zwycięzców:

- Międzywojewódzką Mistrzynią Młodzików w programach P1, P2, P3 i P4 zostaje zawodniczka, która uzyskała największą liczbę punktów w wieloboju w danym programie.
- Międzywojewódzką Mistrzynią Młodzików na danym przyrządzie w programach P1, P2, P3 i P4 zostaje zawodniczka, która uzyskała najwyższą notę w ćwiczeniach finałowych na tym przyrządzie.

Medale i dyplomy:

- Za 1-3 miejsce w wieloboju i finałach na poszczególnych przyrządach zawodniczka otrzymuje medal i dyplom.

Polski Związek
Gimnastyczny
ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl

- Za 4-6 miejsce dyplom.

IX. Międzynarodowa Mała Olimpiada – programy P1, P2, P3, P4 (finał stref)

Cel zawodów:

- Wyłonienie najlepszych zawodniczek „Międzynarodowej Małej Olimpiady” w programach P1, P2, P3, P4.
- Przegląd bezpośredniego zaplecza Kadry Juniorek i Juniorek Młodszych.
- Podstawa do sklasyfikowania zawodniczek.
- Ocena pracy szkoleniowej w klubach.
- Popularyzacja gimnastyki sportowej.
- Aktywizacja UKS w gimnastyce sportowej.

Program zawodów:

- Zawody w programach P1, P2, P3 i P4 zostaną przeprowadzone w wieloboju i finałach na poszczególnych przyrządach wg regulaminu PZG.
- W zawodach startuje po 6 najlepszych zawodniczek z każdego programu (P1, P2, P3, P4) z każdej strefy, co łącznie daje 96 zawodniczek.

Warunki uczestnictwa:

- W „Międzynarodowej Małej Olimpiadzie” prawo startu mają:
 - Program P1: zawodniczki w wieku rocznikowym 7-8 lat.
 - Program P2: zawodniczki w wieku rocznikowym 9 lat.
 - Program P2: zawodniczki w wieku rocznikowym 10 lat.
 - Program P2: zawodniczki w wieku rocznikowym 11 lat.
- W finale prawo startu mają po 6 najlepszych zawodniczek wyłonionych z wieloboju w każdym programie (P1, P2, P3, P4). Zawodniczka ma prawo startu maksymalnie w dwóch finałach w ramach jednego programu.
- Przy wyborze finalistek decyduje miejsce zajęte na przyrządzie, w wypadku, gdy zawodniczka zajmuje więcej niż dwa takie same miejsca na przyrządach o wyborze przyrządu decyduje trener.

Sposób wyłaniania zwycięzców:

- Mistrzynią „Międzynarodowej Małej Olimpiady” w programach P1, P2,

P3 i P4 zostaje zawodniczka, która uzyskała największą liczbę punktów w wieloboju w danym programie.

- Mistrzynią „Międzynarodowej Małej Olimpiady” na danym przyrządzie w programach P1, P2, P3 i P4 zostaje zawodniczka, która uzyskała najwyższą notę w ćwiczeniach finałowych na tym przyrządzie.

Medale i dyplomy:

- Za 1-3 miejsce w wieloboju i finałach na poszczególnych przyrządach zawodniczka otrzymuje medal i dyplom.
- Za 4-6 miejsce dyplom.

Termin, miejsce zawodów i organizator zgodnie z Kalendarzem Imprez PZG na 2026 rok.

X. Zasady zachowania trenerów podczas zawodów

Obowiązki trenerów:

1. Trener zobowiązany jest do zachowania profesjonalnej i spokojnej postawy wobec zawodniczek, sędziów i organizatorów.
2. Trener ma obowiązek przestrzegania przepisów FIG oraz Polskiego Związku Gimnastycznego.
3. Niedopuszczalne jest opóźnianie zawodów oraz ingerowanie w przebieg ćwiczeń.
4. Trener nie ma prawa udzielać zawodniczce wskazówek w trakcie wykonywania układu.
5. Trener nie ma prawa prowadzić dyskusji z komisją sędziowską przy stoliku sędziowskim.
6. Trener ma obowiązek respektować decyzje Komisji sędziowskiej oraz Sędziny Głównej Zawodów.
7. Trener odpowiada za bezpieczeństwo fizyczne i psychiczne zawodniczek.

Zachowania niedopuszczalne:

1. Agresja słowna lub fizyczna wobec zawodniczek, sędziów lub organizatorów.
2. Używanie wulgaryzmów lub obraźliwych gestów.
3. Publiczne podważanie decyzji sędziowskich.
4. Zakłócanie przebiegu zawodów.



Sankcje dyscyplinarne:

1. Upomnienie ustne.
2. Upomnienie pisemne.
3. Żółta kartka.
4. Czerwona kartka i usunięcie trenera z sali zawodów.
5. Dyskwalifikacja trenera.
6. Zawieszenie lub cofnięcie licencji trenerskiej.

XI. Procedura składania protestu do oceny trudności D

Kto może złożyć protest

- a) protest składany jest w imieniu zawodniczki lub zespołu wyłącznie przez uprawnionego trenera lub oficjalnego przedstawiciela klubu/federacji, posiadającego ważną licencję trenerską lub akredytację na dane zawody.
- b) protest nie może być składany bezpośrednio przez zawodniczkę.

Forma i termin złożenia protestu

1. Protest składany jest w formie pisemnej, na oficjalnym formularzu udostępnionym przez organizatora zawodów.
 2. Protest należy złożyć:
 - a) nie później niż 2 minuty od ogłoszenia (ukazania) oceny D, albo
 - b) przed rozpoczęciem występu kolejnej zawodniczki z tego samego klubu – w zależności od tego, które zdarzenie nastąpi wcześniej.
- a) Protest złożony po upływie powyższego terminu nie podlega rozpatrzeniu.

Zakres protestu:

1. Zgodnie z przepisami FIG, wniosek o weryfikację oceny trudności (tzw. protest) może dotyczyć wyłącznie oceny trudności (D).
2. Niedopuszczalne są protesty dotyczące:
 - oceny wykonania (E),
 - odjęć neutralnych (ND),
 - decyzji sędziów liniowych, czasowych oraz technicznych.

Opłata protestacyjna:

Polski Związek
Gimnastyczny
ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl



1. W przypadku zawodów krajowych PZG trener podpisuje zobowiązanie do wniesienia opłaty po odrzuceniu protestu.
2. Opłata wynosi:
 - 300 zł – I próg,
 - 500 zł – II próg.
3. W przypadku uznania protestu – opłata nie jest pobierana.
4. W przypadku oddalenia protestu – opłatę należy uiścić w ciągu 7 dni roboczych na numery rachunku bankowego PZG.

Rozpatrywanie protestu:

1. Protest rozpatruje Sędzina Główna Zawodów oraz druga sędzina wyznaczona przez Przewodniczącą Komisji Sędziowskiej, tworzące Komisję rozstrzygającą protesty.
2. Rozpatrzenie protestu następuje na podstawie:
 - a) obowiązującego Kodeksu Przepisów FIG (WAG),
 - b) przepisów i interpretacji PZG,
 - c) zapisu wideo ćwiczenia – o ile jest dostępny.
3. Decyzja podjęta w wyniku rozpatrzenia protestu jest ostateczna i nie podlega odwołaniu.

Skutki rozpatrzenia protestu

1. W przypadku uwzględnienia protestu dokonuje się korekty oceny D oraz przeliczenia wyniku końcowego zawodniczki.
2. W przypadku oddalenia protestu ocena trudności D pozostaje bez zmian lub może zostać obniżona.

Zasady zachowania trenera

Podczas składania protestu trener:

- a) nie może dyskutować z sędziami przy stoliku sędziowskim,
- b) nie może okazywać niezadowolenia w sposób agresywny,
- c) wszelkie działania muszą odbywać się wyłącznie oficjalną drogą.

Naruszenie tych zasad może skutkować:

- a) żółtą kartką (ostrzeżeniem),
- b) czerwoną kartką i usunięciem z zawodów.

Przepisy końcowe

W sprawach nieuregulowanych niniejszym zapisem stosuje się:

- a) aktualny Kodeks Przepisów FIG (WAG),
- b) Regulaminy i uchwały Polskiego Związku Gimnastycznego.

XII. Postanowienia dotyczące reprezentowania Polski przez zawodniczki Kadry Narodowej

1. Na wszystkich międzynarodowych zawodach rangi FIG Polskę reprezentują wyłącznie zawodniczki powołane przez Polski Związek Gimnastyczny (PZG). Powołania te mają charakter priorytetowy.
2. W przypadku, gdy oficjalna Reprezentacja Polski nie bierze udziału w danej imprezie, dopuszcza się start innego składu zawodniczek (np. zgłoszenia klubowe), pod warunkiem uzyskania uprzedniej, pisemnej akceptacji Zarządu Sekcji GSK PZG.
3. Trener prowadzący lub macierzysty klub zawodniczki Kadry Narodowej ma obowiązek niezwłocznego, pisemnego zgłaszania do Zarządu Sekcji GSK PZG:
 - a) rezygnacji zawodniczki z uprawiania gimnastyki sportowej,
 - b) planowanej zmiany barw klubowych zawodniczki,
 - c) kontuzji, chorób oraz zabiegów medycznych mogących mieć wpływ na zdrowie lub dalszy rozwój sportowy zawodniczki.
4. Każdy planowany wyjazd zawodniczki Kadry Narodowej na zawody międzynarodowe poza granice kraju wymaga złożenia wniosku i uzyskania zgody Zarządu Sekcji GSK PZG, wydawanej po zasięgnięciu opinii Trenera Kadry.



5. Wszelkie wnioski i zgłoszenia, o których mowa w niniejszym rozdziale, muszą być podpisane przez trenera prowadzącego oraz osobę upoważnioną do reprezentowania klubu.
6. Zarząd Sekcji GSK, we współpracy z Trenerem Kadry Narodowej, dopuszcza możliwość uzyskiwania minimów kwalifikacyjnych na Mistrzostwa Europy Juniorek podczas: zawodów międzynarodowych rangi FIG w 2026 roku oraz Indywidualnych Mistrzostw Polski w 2026 roku.
7. Zawodniczka, która w danym roku nie została powołana do Kadry Narodowej, a uzyska wymagane minimum kwalifikacyjne na imprezę międzynarodową, może zostać do niej włączona w trybie indywidualnym.
8. Decyzja o włączeniu zawodniczki podejmowana jest po uzyskaniu pozytywnej opinii Trenera Kadry Narodowej oraz zatwierdzeniu przez Zarząd Sekcji GSK.

Polski Związek
Gimnastyczny

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa

tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl

**SYSTEM SPORTU MŁODZIEŻOWEGO
REGULAMIN WSPÓŁZAWODNICTWA SPORTOWEGO
MŁODZIEŻY UZDOLNIONEJ**

**CZĘŚĆ C
GIMNASTYKA SPORTOWA**

Dział I.

| Kategorie wiekowe - Kobiety | | | Klasa |
|---|-----------|--|--------------|
| Młodzieżowcy | 16-18 lat | w 2026 roku urodzeni 01.01.2008-31.12.2010 | M |
| Juniorki | 14-15 lat | w 2026 roku urodzeni 01.01.2011-31.12.2012 | I |
| Juniorki młodsze | 12-13 lat | w 2026 roku urodzeni 01.01.2013-31.12.2014 | II |
| Młodziczki | 10-11 lat | w 2025 roku urodzeni 01.01.2015-31.12.2016 | III (P3/P4) |
| <p>uwaga:</p> <ul style="list-style-type: none"> o przynależności do kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia zawodniczki; dostosowanie do regulaminu ogólnego SSM cz. „A w dziale 2-Program: „<i>od roku 2026 w sportach indywidualnych nie będzie możliwe rozdzielenie czterech podstawowych kategorii wiekowych (młodzik, junior młodszy, junior i młodzieżowiec) na dodatkowe podgrupy</i>”. kategorie wiekowe są zgodne z kategoriami wiekowymi ustalonymi przez federację światową lub europejską, właściwą dla danego sportu. <i>“W przypadku, gdy federacja światowa lub europejska nie określiła szczegółowych kategorii wiekowych, wtedy w SSM mogą zostać ujęte kategorie w przedziale nie większym niż 3 roczniki dla każdej z grup: młodzik, junior młodszy, junior, młodzieżowiec.”</i> w kadrach wojewódzkich młodzieżowca, juniora, juniora młodszego i młodzika mogą być szkoleni zawodnicy z najstarszego rocznika z niższej kategorii wiekowej. | | | |

| Kategorie wiekowe - Mężczyźni | | | Klasa |
|--------------------------------------|-----------|--|--------------|
| Młodzieżowcy | 18-20 lat | w 2026 roku urodzeni 01.01.2006-31.12.2008 | M |
| Juniorzy | 15-18 lat | w 2026 roku urodzeni 01.01.2008-31.12.2011 | I |
| Juniorzy młodszy | 12-14 lat | w 2026 roku urodzeni 01.01.2012-31.12.2014 | II |
| Młodzicy | 9-11 lat | w 2026 roku urodzeni 01.01.2015-31.12.2017 | III |

uwaga:

- o przynależności do kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia zawodnika;
- dostosowanie do regulaminu ogólnego SSM cz. „A w dziale 2-Program: „*od roku 2026 w sportach indywidualnych nie będzie możliwe rozdzielanie czterech podstawowych kategorii wiekowych (młodzik, junior młodszy, junior i młodzieżowiec) na dodatkowe podgrupy*”.
- kategorie wiekowe są zgodne z kategoriami wiekowymi ustalonymi przez federację światową lub europejską, właściwą dla danego sportu. *“W przypadku, gdy federacja światowa lub europejska nie określiła szczegółowych kategorii wiekowych, wtedy w SSM mogą zostać ujęte kategorie w przedziale nie większym niż 3 roczniki dla każdej z grup: młodzik, junior młodszy, junior, młodzieżowiec.”*
- w kadrach wojewódzkich młodzieżowca, juniora, juniora młodszego i młodzika mogą być szkoleni zawodnicy z najstarszego rocznika z niższej kategorii wiekowej.

Dział II.

Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży

1. Organizator.

Organizatorem OOM w bloku halowym w 2026 roku będzie Łódzka Federacja Sportu. Kierownictwo sportowe sprawuje Polski Związek Gimnastyczny.

2. Termin i miejsce zawodów.

Finały: 25-27.04.2026 r.

Miejsce: Łódź

Eliminacje - wg regulaminów PZG

Zawody rozegrane będą w następujących konkurencjach:

dziewczęta kl. II PZG 12-13 lat

K-wielobój kl. II PZG oraz finały (skok, poręczce, równoważnia, ćw. wolne)

chłopcy kl. II PZG 12-14 lat

M-wielobój kl. II PZG oraz finały (ćw. wolne, koń z łękami, kółka, skok, poręczce, drążek)

3. Warunki uczestnictwa.

W zawodach mogą brać udział zawodniczki zgodnie z zasadami podanymi w części ogólnej Regulaminu Współzawodnictwa Sportowego Młodzieży Uzdolnionej w następującym limicie:

Polski Związek
Gimnastyczny

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa

tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl

- 56 zawodniczek,
- 56 zawodników

Lista zawodników zakwalifikowanych do OOM będzie opublikowana na stronie internetowej PZG: www.pzg.pl na 7 dni przed zawodami.

Każdy zawodnik/zawodniczka musi być zarejestrowany w Polskim Związku Gimnastycznym, a także:

- posiadać licencję zawodniczą,
- legitymować się dowodem tożsamości (dowód osobisty, paszport lub legitymacja szkolna),
- być zarejestrowanym w Powszechnym Elektronicznym Systemie Ewidencji Ludności lub posiadać obywatelstwo innego państwa Unii Europejskiej oraz indywidualny i niepowtarzalny identyfikator we właściwym dla danego państwa rejestrze,
- posiadać aktualne orzeczenie lekarskie o zdolności do uprawiania sportu.

4. Sposób przeprowadzania zawodów.

Zgodnie z przepisami Polskiego Związku Gimnastycznego oraz niniejszym regulaminem. Weryfikacja zawodników przeprowadzona na konferencji technicznej zamyka ostatecznie listę startową zawodników.

5. Łączna liczba uczestników zawodów finałowych OOM wynosi:

112 zawodników,
24 trenerów (12 dla K+12 dla M), 42
sędziów (17 dla K+25 dla M), 2
delegatów z PZG.

Łącznie 180 osób.

6. Zgłoszenia.

Zgłoszenia do zawodów należy przesać w terminie określonym w komunikacie organizacyjnym zawodów i na drukach opracowanych przez organizatora OOM.

7. Program zawodów:

| | |
|-----------|--|
| I dzień | przyjazd do obiadu, weryfikacja, próba przyrządów, odprawa techniczna; |
| II dzień | wielobój – dziewczęta i chłopcy |
| III dzień | finały na przyrządach (K+M) klasa II i III, wyjazd po obiedzie |

Dział III.

Polski Związek
Gimnastyczny

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa

tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl

SYSTEM OCEN: Zgodnie z załącznikami 1, 2, 3, 4

Do klasyfikacji Systemu Sportu Młodzieżowego zaliczane są punkty za start zawodnika w jednej, niższej, kategorii wiekowej.

Dział IV.

Podział na strefy zawodów MMM:

Młodziczki:

| Strefa | 2026 |
|-------------------|-----------|
| A – POM, WM | Olsztyn |
| B – KPM, MAZ, ZPM | Bydgoszcz |
| C – MŁP, ŁDZ | Kraków |
| D – OPO, DŚL, ŚL | Nysa |

Młodzicy:

| Strefa | 2026 |
|------------------|-----------|
| A – POM, ZPM | Szczecin |
| B – KPM, MAZ | Bydgoszcz |
| C – ŁDZ, MŁP | Kraków |
| D – DSL, OPO, ŚL | Nysa |

Przypominamy:

- wszystkie zagadnienia związane z punktacją SSM prowadzone są przez właściwy Polski Związek Sportowy,
- wnioski o zmianę kategorii wiekowej muszą być zgłoszone przez Polski Związek Sportowy, na 30 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 31 października 2026 r.
- uczestnictwo zawodników zagranicznych w SSM określają przepisy regulaminów: ogólnego cz. „A” SSM i właściwego PZS.

Polski Związek
Gimnastyczny

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa

tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl



PZG
POLSKI ZWIĄZEK
GIMNASTYCZNY

**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

Data:

Zatwierdzono: Zespół Metodyczny

Polski Związek Gimnastyczny

Zarząd Sekcji Gimnastyki Sportowej Kobiet Polskiego Związku Gimnastycznego zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w Systemie Regulaminów i Wymagań na dany rok, na polecenie Instytutu Sportu.

Wiceprezes PZG ds. gimnastyki sportowej kobiet
Małgorzata Solarz-Kulbicka
oraz Zarząd Sekcji GSK

Polski Związek
Gimnastyczny

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa

tel. 570 990 303

kontakt@pzg.pl www.pzg.pl