

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

**CZĘŚĆ C**

**NARCIARSTWO KLASYCZNE**

**Dział I.**

<b>Kategorie wiekowe – BIEGI NARCIARSKIE</b>		
Młodzieżowcy	21-23 lat	w 2025 roku urodzeni 01.01.2002-31.12.2004
Juniorzy	19-20 lat	w 2025 roku urodzeni 01.01.2005-31.12.2006
Juniorzy młodsi	17-18 lat	w 2025 roku urodzeni 01.01.2007-31.12.2009
Młodzicy	15-16 lat	w 2025 roku urodzeni 01.01.2010-31.12.2011
<b>Kategorie wiekowe – SKOKI NARCIARSKIE I KOMBINACJA NORWESKA</b>		
Juniorzy	19-20 lat	w 2025 roku urodzeni 01.01.2005-31.12.2006
Juniorzy Skoki	17-20 lat	w 2025 roku urodzone 01.01.2005-31.12.2008
Juniorzy młodsi	17-18 lat	w 2025 roku urodzeni 01.01.2007-31.12.2008
Młodzicy	15-16 lat	w 2025 roku urodzeni 01.01.2009-31.12.2010
Uwaga : A. w skokach i kombinacji norweskiej nie są rozgrywane zawody w kategorii młodzieżowców. B. Wyżej wymienione roczniki obowiązują do końca sezonu 2024/2025 (30.04.2025). Z dniem 01.05.2025 następuje zmiana roczników poprzez przesunięcie ostatniego rocznika młodziej kategorii wiekowej do następnej kategorii wiekowej (dotyczy również szkolenia kadr wojewódzkich).		

**Dział II.**

**Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży  
NARCIARSTWO KLASYCZNE - BIEGI NARCIARSKIE**

**1. Organizator.**

Komitet organizacyjny na terenie którego rozgrywana jest OOM. Finały OOM 2024 organizuje województwo małopolskie Kierownictwo sportowe sprawuje Polski Związek Narciarski.

**2. Termin zawodów.**

Finały: 19-25.02.2025r.

Miejsce: Zakopane

Zawody rozegrane będą zgodnie z Wytocznymi Sportowe PZN 2024/2025 w następujących konkurencjach:

**Junior**

**Kobiety** – dystanse: Sprint C, 10KM C, 10km F, 20km F ze startu wspólnego, sprint drużynowy F.

**Mężczyźni** - dystanse: Sprint C, 10 km C, 10 KM F, 20km F ze startu wspólnego, sprint drużynowy F.

**Junior młodszy**

**Kobiety** - dystanse: sprint C, 5 km C, 7,5 km F, Sprint drużynowy F,

**Mężczyźni** - dystanse: sprint C, 7,5 km C, 10 km F, Sprint drużynowy F.

### 3. Warunki uczestnictwa.

W zawodach mogą brać udział zawodnicy zgodnie z zasadami podanymi w części ogólnej Regulaminu współzawodnictwa Sportowego Młodzieży Uzdolnionej (część A) z kategorii wiekowych:

#### BIEGI NARCIARSKIE

- junior 19-20 lat w 2025 roku urodzeni 01.01.2005-31.12.2006;
- junior młodszy 16-18 lat w 2025 roku urodzeni 01.01.2007-31.12.2009;

Każdy zawodnik musi być zarejestrowany w PZN, a także:

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

### 4. Sposób przeprowadzania zawodów.

- Zgodnie z przepisami Polskiego Związku Narciarskiego oraz regulaminem SSM;
- Zawody mają być rozegrane na obiekcie zatwierdzonym przez PZN,
- Weryfikacja zawodników przeprowadzona na odprawie technicznej zamyka ostatecznie listę startowa zawodników;
- **W przypadku rozegranie w czasie OOM Młodzieżowych Mistrzostwa Polski w biegach narciarskich, koszty organizacji Młodzieżowych Mistrzostw Polski ponosi PZN. Zawodnicy uczestniczą na koszt klubów.**

### 5. Łączna liczba uczestników w finałach OOM :

Łączna liczba uczestników w finałach OOM wynosi **161** osób, w tym:

- 110 zawodniczek i zawodników w kategoriach junior i junior młodszy,
- 25 szkoleniowców,
- 25 sędziów, w tym delegat techniczny. W uzasadnionych przypadkach wynikających z warunków rozgrywania zawodów liczba sędziów może być podwyższona do 30, w tym 5 zamiejscowych;
- 1 delegat PZN;

Podziału liczby uczestników OOM ze względu na płeć i kategorie wiekowe dokonuje Polski Związek Narciarski.

### 6. Zasady kwalifikacji do zawodów finałowych OOM

Do zawodów finałowych OOM zawodnicy będą zakwalifikowani na podstawie regulaminu PZN. Ostateczna lista uprawnionych do startu w zawodach finałowych OOM zostanie opublikowana przez PZN na 14 dni przed rozpoczęciem zawodów finałowych. .

### 7. Zgłoszenia.

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

## 8. Program zawodów

Program zawodów	
I dzień	Przyjazd od obiadu, oficjalny trening F, weryfikacja, odprawa techniczna, losowanie
II dzień	Juniorka, 10 KM F, Juniorka młodsza 7,5km F, Junior 10km F, Junior młodszy 10 km F, odprawa techniczna, losowanie
III dzień	Junior K+M sprint F, Junior młodszy (K+M) sprint F, odprawa techniczna
IV dzień	Junior: K -10 km C, M- 10 km C, Junior młodszy: K-7,5km F, M-10km F
V dzień	Dzień wolny – trening oficjalny do sprintu drużynowego
VI dzień	Junior K+M - Sprint drużynowy F, Junior młodszy K+M - Sprint drużynowy F, zakończenie zawodów, wyjazd po obiedzie,
VII dzień	Junior K 20km F ze startu wspólnego, Junior M 20km F ze startu wspólnego,

Podczas OOM sztafeta wojewódzka (kluby tylko z jednego województwa) może wystartować tylko w kategorii Junior pod warunkiem zgłoszenia do zawodów mniej niż 5 sztafet klubowych.

## Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży Skoki, Kombinacja Norweska

### 1. Organizator.

Komitet organizacyjny na terenie którego rozgrywana jest OOM. Finały OOM 2024 organizuje województwo małopolskie. Kierownictwo sportowe sprawuje Polski Związek Narciarski.

### 2. Termin zawodów.

Finały: 26.02-03.03.2025r.

Miejsce: Zakopane

Zawody rozegrane będą zgodnie z Wytycznymi Sportowymi PZN 2023/2024 w następujących konkurencjach:

#### **Skoki**

##### **Junior**

**Mężczyźni** - Otwarty konkurs skoków –skocznia duża do HS 140m,  
Otwarty konkurs skoków –skocznia normalna do HS 105m,  
Drużynowy konkurs skoków – drużyny 3 osobowe.

##### **Junior młodszy**

**Mężczyźni** - Otwarty konkurs skoków –skocznia duża do HS 140m,  
Otwarty konkurs skoków –skocznia normalna do HS 105m,  
Drużynowy konkurs skoków – drużyny 3 osobowe .

##### **Juniorki**

**Kobiety** - Otwarty konkurs skoków –skocznia średnia HS 70m,  
Otwarty konkurs skoków –skocznia normalna do HS 105m,

#### **Kombinacja Norweska**

##### **Junior**

**Mężczyźni** : Ind.- skocznia do HS 105m.(jeden skok)+bieg 5km,  
Ind. - skocznia do HS 140m.(jeden skok)+bieg 10km,  
Drużynowo – drużyny 2 osobowe, skoki do HS 105m+ sprint drużynowy parami 5x1km. ( NRS art.543.3);

### **Junior młodszy**

**Mężczyźni:** Ind.- skocznia do HS 140m.(jeden skok)+bieg 7,5km,

Ind. –skocznia do HS 105m.(jeden skok)+bieg 3,75km,

Drużynowo – drużyny 2 osobowe, skoki do HS 105m + sprint drużynowy parami 5x1km. (NRS art.543.3).

### **3. Warunki uczestnictwa.**

W zawodach mogą brać udział zawodnicy zgodnie z zasadami podanymi w części ogólnej Regulaminu współzawodnictwa Sportowego Młodzieży Uzdolnionej (część A) z kategorii wiekowych:

#### **SKOKI I KN**

- junior 19-20 lat w 2025 roku urodzeni 01.01.2005-31.12.2006;
- juniorka 17-20 lat w 2025 roku urodzone 01.01.2005-31.12.2008
- junior młodszy 17-18 lat w 2025 roku urodzeni 01.01.2007-31.12.2008;

Każdy zawodnik musi być zarejestrowany w PZN, a także:

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

### **4. Sposób przeprowadzania zawodów.**

- Zgodnie z przepisami Polskiego Związku Narciarskiego oraz regulaminem SSM;
- Zawody mają być rozegrane na obiekcie zatwierdzonym przez PZN,
- Weryfikacja zawodników przeprowadzona na odprawie technicznej zamyka ostatecznie listę startowa zawodników;

### **5. Łączna liczba uczestników w finałach OOM :**

Łączna liczba uczestników w finałach OOM wynosi **77** osób, w tym:

40 zawodników w kategoriach junior, junior młodszy i juniorki;

10 szkoleniowców,

25 sędziów, w tym delegat techniczny. W uzasadnionych przypadkach wynikających z warunków rozgrywania zawodów liczba sędziów może być podwyższona do 30, w tym 5 zamiejscowych;

2 delegatów PZN (po jednym na skoki i kombinację) ;

Podziału liczby uczestników OOM ze względu na płeć i kategorie wiekowe dokonuje Polski Związek Narciarski.

### **6. Zasady kwalifikacji do zawodów finałowych OOM**

Do zawodów finałowych OOM zawodnicy będą zakwalifikowani na podstawie aktualnego rankingu cyklu zawodów „Orlen Cup”. Ostateczna lista uprawnionych do startu w zawodach finałowych OOM zostanie opublikowana przez PZN na 7 dni przed rozpoczęciem zawodów finałowych. Z kwalifikacji zwolnieni są zawodnicy, których brak w rankingu „Orlen Cup” spowodowany jest startami w zawodach międzynarodowych FIS.

### **7. Zgłoszenia.**

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

## 8. Program zawodów

Program zawodów	
Skoki	Kombinacja Norweska
I dzień	Przyjazd do obiadu. Odprawa Techniczna. Trening oficjalny, skocznia HS 105- junior, junior młodszy, juniorka
II dzień	M Junior, junior młodszy konkurs ind.- skocznia do HS 105m K Juniorki konkurs ind.- skocznia do HS 105m Junior skocznia do HS 105m bieg 5km. Junior młodszy skocznia do HS 105m bieg 3,75 km.
III dzień	Trening oficjalny, skocznia HS 105- M junior, junior młodszy, Konkurs drużynowy -skocznia do HS 105m, M Junior i Junior Młodszy Trening oficjalny – trasy biegowe
IV dzień	- Team Sprint Junior-skocznia HS 105 m bieg 2os.po5x1km. Junior młodszy skocznia HS 105 m bieg 2os. -4x1km.
V dzień	Trening oficjalny HS 140m. Konkurs ind. – skocznia do HS 140m. M Junior i Junior Młodszy Trening oficjalny HS 140m. Junior-skocznia HS 140m - 1 skok do KN Junior młodszy skocznia HS 140m – 1 skok do KN
VI dzień	Trening oficjalny HS 70m. K Juniorki. Konkurs ind.- skocznia do HS 70m. K Juniorki. Trening oficjalny – trasy biegowe, Junior - bieg do KN 10km. Junior młodszy - bieg do KN 7,5 km.
Ceremonia zamknięcia OOMŁ 2025. Zakończenie, wyjazd ekip po obiedzie	

### UWAGA !!!

#### Skoki narciarskie.

Warunkiem zaliczenia punktów SSM jest rozegranie OOM-MPJ i Jmł. na skoczniach o dwóch rozmiarach. W przypadku braku możliwości rozegrania w czasie OOM-MP konkursów na skoczniach o dwóch rozmiarach będzie możliwe przeprowadzenie MP w innym terminie (do 15 listopada) i miejscu. Zawody te muszą się odbyć na skoczni o rozmiarze nie rozegranym w czasie OOM. W takim przypadku dopuszcza się przeprowadzenie zawodów w formie hybrydowej zgodnie z NRS 417.5 Zawody hybrydowe (tory lodowe w połączeniu z igelitowym zeskokiem).

Pod tym warunkiem będą zaliczone do SSM. Koszty przeprowadzenia dodatkowych zawodów ponosi organizator. Kluby dofinansowują udział swoich zawodników we własnym zakresie.

#### Kombinacja Norweska.

W przypadku braku możliwości rozegrania w czasie OOM, MP konkursów na skoczniach o dwóch rozmiarach dopuszcza się przeprowadzenie zawodów na skoczni o jednym rozmiarze. Warunkiem koniecznym jest rozegranie biegów na różnych dystansach. W takim przypadku do SSM zalicza się obie konkurencje.

### Dział III.

**SYSTEM OCEN:** zgodnie z załącznikami nr 1,2,3,4

#### Dział IV.

**Podział na strefy zawodów MMM: *nie dotyczy*. W kategorii młodzik do punktacji SSM będą zaliczone na podstawie końcowej klasyfikacji młodzików (Ranking końcowy PZN w kategorii młodzik) .**

#### Przypominamy:

- wszystkie zagadnienia związane z punktacją SSM prowadzone są poprzez właściwy Polski Związek Sportowy,
- wnioski o zmianę kategorii wiekowej muszą być zgłoszone przez Polski Związek Sportowy, na 14 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 30 listopada 2025.
- uczestnictwo zawodników zagranicznych określają przepisy danego PZS;

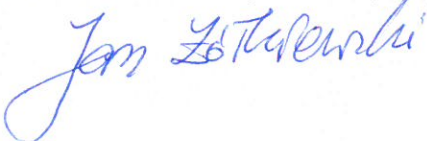
**Regulamin szczegółowy (część C) jest nieodłączną częścią  
Regulaminu ogólnego SSM (część A)**

Korespondencję dotyczącą regulaminów  
i naliczania punktów prosimy przesyłać na adres:

**wyniki-ssm@insp.waw.pl**

Data: 03.01.2025

Zatwierdzono : Zespół Metodyczny



Kraków, 20.12.2024

Polski Związek Narciarski



Jakub Michalczuk









