



ZATWIERDZAM

.....

## REGULAMIN I RUNDY "LIGI STRZELECKIEJ" KLUBÓW ŻOŁNIERZY REZERWY PODKARPACKIEJ ORGANIZACJI LIGI OBRONY KRAJU W 2026 ROKU.

### 1. CEL ZAWODÓW :

- Popularyzacja sportu strzeleckiego wśród członków Klubów Żołnierzy Rezerwy Ligi Obrony Kraju Podkarpackiego Zarządu Wojewódzkiego;  
Inspirować członków Klubów Żołnierzy Rezerwy LOK do aktywnej działalności społecznej w swoich środowiskach oraz kształtować i krzewić wiedzę obronną w społeczeństwie.
- Wyłonienie mistrzów indywidualnych i drużynowych na 2026r.
- Potwierdzenie startów w zawodach dla zawodników posiadających licencje zawodnicze PZSS.

### 2. MIEJSCE, TERMIN I ORGANIZATOR ZAWODÓW ;

- Zawody zostaną przeprowadzone na strzelnicy sportowej ZP LOK w Brzozowie, ul. Legionistów 1 w dniu 28 marca 2026 roku;
- Zawody organizuje Biuro Podkarpackiego Zarządu Wojewódzkiego Ligi Obrony Kraju w Rzeszowie, Wojewódzka Komisja ds. KŻR – LOK, ZP LOK w Brzozowie oraz przy pomocy Podkarpackiego Związku Strzelectwa Sportowego;
- **Zawody przeprowadza Komisja sędziowska wyznaczona przez Kolegium Sędziów WZSS w Rzeszowie w składzie:**

Funkcja	Nazwisko i imię	Klasa	Nr licencji
Obserwator Podk. WZSS	STANISŁAWSKI-KLOC Arkadiusz	pierwsza	LS-2791/II/09
Sędzia Główny Zawodów	STANISŁAWSKI-KLOC Arkadiusz	pierwsza	LS-2791/II/09
Kierownik zawodów	WALCZAK Roman		

Przewodniczący Komisji RTS	SZCZEPAŃSKI Janusz	pierwsza	LS-2800/II/11
Kierownik Biura Obliczeń	KARPIUK Wiesław	druga	LS-2803/II/11
Sędzia główny strzelań Psp.	ŚWIĄTEK Edward	pierwsza	LS-5614/II/21
Sędzia stanowiskowy	BYKÓWSKI Krzysztof	pierwsza	LS-5595/II/21
Sędzia główny strzelań Kdw	BYKÓWSKI Krzysztof	pierwsza	LS-5595/II/21
Sędzia stanowiskowy	ŚWIĄTEK Edward	pierwsza	LS-5614/II/21
Sędzia rzutu granatem	KUŁAK Tomasz	druga	LS-12178/II/26
Sędzia asystent rzutu granatem	JATCZYSZYN Piotr	trzecia	LS-18511/III/23
Kontrola techniczna broni	STANISŁAWSKI-KLOC Arkadiusz	pierwsza	LS-2791/II/09
Obsługa tarczowni	KS Sokół Jedlicze		
Obsługa medyczna	ŚWIĄTEK Edward		

Komisja rozjemcza : Przewodniczący – Sędzia Główny Zawodów, Sędzia konkurencji

Członkowie – .....


.....

## PROGRAM ZAWODÓW:

- do godz. 8.00 – przyjazd drużyn do miejsca zawodów i zarejestrowanie się w Biurze zawodów
- godz. 8.45 – uroczyste otwarcie zawodów
- godz. 9.15 – rozpoczęcie konkurencji z pistoletu sportowego
- godz. 10.30 – rozpoczęcie konkurencji rzut granatem
- około godz. 12.30 – rozpoczęcie konkurencji z karabinu dowolnego
- około godz. 16.30 – zakończenie zawodów

➤ Program zawodów obejmuje trzy konkurencje indywidualne :


### 1. Strzelanie z pistoletu sportowego kal. 22LR.

- odległość strzelania – 25 m
- cel – tarcza pist. TS4, 
- postawa – stojąc z wolnej ręki
- ilość strzałów – 5 strzałów próbnych – **czas 3 minuty**  
20 strzałów ocenianych (do 1 tarczy) – **czas 20 minut**
- ocena wyników – suma pkt. uzyskanych w strzelaniu

- W tej konkurencji dopuszcza się korzystanie z pistoletów sportowych klubowych i prywatnych. Organizator zabezpiecza amunicję kal. 22LR do broni organizatora lub do broni klubowej (jeśli klub nie posiada amunicji na dzień zawodów).

Amunicję do broni prywatnej zawodnicy zabezpieczają sobie we własnym zakresie.  
(w tym przypadku startowe nie zmienia się)

### 2. Strzelanie z karabinu dowolnego boczego zapłonu kal.22LR.

- odległość strzelania – 50 m 
- cel – tarcza ksp TS1
- postawa – leżąc; przyrządy otwarte lub zamknięte (oprócz optycznych)
- ilość strzałów – 5 strzałów próbnych – **czas 5 minut**  
20 strzałów ocenianych (po 5 strzałów do 1 tarczy) – **czas 20 minut**
- ocena wyników – suma pkt. uzyskanych w strzelaniu

- W tej konkurencji dopuszcza się korzystanie z karabinów sportowych klubowych i prywatnych. Zabrania się korzystania z kurtek strzeleckich, dopuszcza się rękawice strzeleckie i pasy do broni. Organizator zabezpiecza amunicję kal. 22LR do broni organizatora lub do broni klubowej (jeśli klub nie posiada amunicji na dzień zawodów).

Amunicję do broni prywatnej zawodnicy zabezpieczają sobie we własnym zakresie.  
(w tym przypadku startowe nie zmienia się)

### 3. Rzut granatem ćwiczebnym F-1 z bronią w ręku ( kbkAK lub kbks ).

- odległość celu – 25 m od linii do przedniego skraju prostokąta zewnętrznego  
: zarys okopu o wymiarach :
  - a) prostokąt zewnętrzny 6 x 2 m wraz z linią o szerokości 5 cm
  - b) prostokąt wewnętrzny 2 x 1 m wraz z linią o szerokości 5 cm
- postawa – stojąc z miejsca , trzymając w jednej ręce karabin (wolno wykonać zakrok przed rzutem lub wykrok po rzucie) nie przekraczając linii rzutu,
- granat – ćwiczebny „ F – 1 ” ( waga 600 gramów \*)
- ilość rzutów – 3 rzuty próbne ( można zrezygnować ) i 5 rzutów ocenianych,
- czas rzutów – łączny czas rzutów próbnych i ocenianych do **4 minut**,
- ocena – za trafienie w mały prostokąt – 3 pkt.\*\* , za trafienie w duży prostokąt – 1 pkt.\*\*  
(wynik liczy się do trójboju indywidualnego i drużynowo suma punktów zespołu)

\* - Nie wolno jednocześnie trzymać dwóch granatów w rękach,

\*\* - O zaliczeniu trafienia decyduje miejsce zetknięcia się granatu „F-1” z podłożem.

## UCZESTNICTWO.

- Zespoły startują w 3 osobowym składzie – dopuszcza się udział w zawodach większej ilości zawodników po uzgodnieniu z organizatorem zawodów (**startują indywidualnie**).
- Zawodnik reprezentuje tylko jeden zespół w konkurencjach indywidualnych i zespołowych.

## KLASYFIKACJA – I RUNDA ZAWODÓW.

### **1. Ocena wyników indywidualnych na zawodach:**

Na podstawie uzyskanych wyników w poszczególnych konkurencjach komisja sędziowska kwalifikacyjna zawodów ustala kolejność miejsc zajętych przez zawodników w konkurencjach:

1. Strzelanie z pistoletu;
2. Strzelanie z karabinu;
3. Rzut granatem ręcznym;

O kolejności miejsc w klasyfikacji indywidualnej w strzelaniu z pistoletu, karabinu decyduje suma punktów z przestrzelin uzyskanych przez poszczególnych zawodników. Przy równej ilości punktów o lepszym miejscu decyduje większa ilość uzyskanych „dziesiątek”, „dziewiątek”, „ósemek” itd.

W przypadku gdy to kryterium nie rozstrzyga sprawy, o lepszym miejscu decyduje wynik w strzelaniu z pistoletu.

Jeśli i to kryterium nie rozstrzyga sprawy wówczas liczą się „**dziesiątki wewnętrzne**” (zgodnie z przepisami ISSF).

Jeśli i to kryterium nie rozstrzyga problemu, zawodnikom przyznaje się miejsca ex aequo.

Zawodnicy w każdej konkurencji i na każdej rundzie otrzymują punkty klasyfikacyjne we współzawodnictwie zgodnie z Przepisami PZSS wg. Tabelki :

Miejsce	Punkty
I	18
II	16
III	14
IV	13
V	12
VI	11
VII	10
VIII	9
IX	8
X	7
XI	6
XII	5
XIII	4
XIV	3
XV	2
XVI	1

### **2. Ocena wyników zespołowych na zawodach:**

Zwycięży zespół, który zdobędzie największą liczbę punktów w strzelaniu z pistoletu, w strzelaniu z karabinu i rzucie granatem ćwiczebnym F-1. Za zajęcie miejsc w poszczególnych konkurencjach zespoły otrzymują punkty klasyfikacyjne wg. poniższego porządku, gdzie:

**N = liczbie startujących zespołów,**

**Z = liczbie punktów przypadających za miejsce wyższe :**

Miejsce	Punkty klasyfikacyjne
I	N + (plus) 4 pkt.
II	N + (plus) 1 pkt.
III	N - (minus) 1 pkt.
IV	N - (minus) 3 pkt.
Każde kolejne	Z – (minus) 1 pkt.

### **3. Zespołowo w klasyfikacji generalnej na zawodach :**

Zespół zdobywa odpowiednie miejsce na podstawie sumy uzyskanych punktów klasyfikacyjnych za zajęcie odpowiednio miejsc : w pistolecie, karabinie i rzutu granatem. W przypadku jednakowej ilości punktów wyższe miejsce uzyskuje zespół, który uzyskał wyższą liczbę punktów w konkurencji „pistolet”, a przy dalszym braku rozstrzygnięcia, kolejno w konkurencji „karabin” i „rzut granatem”.

Oceny wyników oraz klasyfikację drużynową miejsc zdobytych przez poszczególne zespoły dokonuje komisja sędziowska, powołana przez organizatora zawodów, na podstawie niniejszego regulaminu.

Ponadto komisja sędziowska przy ocenie wyników indywidualnych i zespołowych kieruje się przepisami Międzynarodowej Federacji Sportu Strzeleckiego ( ISSF) oraz zgodnie z **Regulaminem współzawodnictwa w sportach obronnych i Klubów Żołnierzy Rezerwy Ligi Obrony Kraju z dnia 04.12.2025r.** i Regulaminem zawodów KZR Podk. Org. Woj. na 2026 rok z dnia 21 lutego 2026r.

### **4.Zasady współzawodnictwa sportowego:**

Na każdej rundzie zawodów XXIV Edycji Ligi strzeleckiej KZR Podkarpackiej Organizacji Wojewódzkiej Ligi Obrony Kraju zawodnicy indywidualnie będą otrzymywać punkty klasyfikacyjne w trójboju ogniowym i będą sumowane.

Natomiast zespołom będą sumowane uzyskane punkty w klasyfikacji generalnej z każdej rundy.

Nie dopuszcza się zawodników do rozgrywania konkurencji danej rundy w innym terminie niż dzień zawodów.

### **5.Strzały do obcej tarczy :**

- Oceniane strzały do obcej tarczy muszą być oceniane jako chybione.
- Jeśli zawodnik otrzyma potwierdzony strzał z innego stanowiska, a zidentyfikowanie go jest niemożliwe, należy mu zaliczyć strzał o najwyższej wartości spośród strzałów niezidentyfikowanych.
- Jeśli w ocenianej tarczy zawodnika znajduje się więcej trafień niż przewiduje to program strzelania, a stwierdzenie, że (strzał) strzały zostały oddane przez innego zawodnika są niemożliwe, strzał (strzały) o najwyższej wartości muszą zostać unieważnione i zawodnikowi odejmuje się jeszcze 2 pkt za dodatkowy strzał.
- Jeśli zawodnik chce **reklamować** przestrzelinę we własnej tarczy, musi to natychmiast zgłosić Sędziemu Stanowiskowemu.
- Jeśli Sędzia Stanowiskowy potwierdza, że zawodnik nie oddał kwestionowanego strzału (strzałów), musi dokonać odpowiedniego wpisu na tarczy strzeleckiej zawodnika i w metryce strzelań, a strzał musi zostać anulowany.
- Przy podejmowaniu decyzji o anulowaniu strzałów, należy brać pod uwagę następujące ustalenia:
  - czy pisarz lub Sędzia Stanowiskowy potwierdza na podstawie obserwacji zawodnika i jego tarczy, że zawodnik nie oddał strzału;
  - czy inny zawodnik, pisarz lub Sędzia stanowiskowy zgłasza w podobnym czasie strzał chybiony, zaś zgłoszenie to dotyczy sąsiednich (dwóch lub trzech) stanowisk,

### **WYRÓŻNIENIA :**

- za zajęcie 1, 2 i 3 miejsca w każdej konkurencji indywidualnej zawodnik otrzymuje dyplom i medal pamiątkowy,
- w klasyfikacji zespołowej generalnej za zajęcie od 1, 2 i 3 miejsca zespoły otrzymują dyplomy a zawodnicy pamiątkowe medale.

### **SPRAWY RÓŻNE :**

- **Do konkurencji strzeleckich pistolet i karabin dowolny dopuszczamy też broń sportową prywatną :**
- **Organizator zabezpiecza amunicję kal. 22LR do broni organizatora lub do broni klubowej (jeśli klub nie posiada amunicji na dzień zawodów – wówczas kluby dopłacają za amunicję).  
Amunicję do broni prywatnej zawodnicy zabezpieczają sobie we własnym zakresie.  
(w tym przypadku startowe nie zmienia się).**
- **Zabrania się korzystania z kurtek strzeleckich oraz innych niedozwolonych ułatwień, przyrządów stosowanych w strzelectwie wyczynowym.**
- **Dopuszcza się zawodnikom korzystania z rękawic strzeleckich i pasów do broni tylko w konkurencji karabin.**
- **Konkurencje strzelamy całym zespołem, po konkurencji pistolet zespoły przechodzą na konkurencję rzut granatem ręcznym.**
- **Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie ze zbiorem regulaminów PZSS i ISSF oraz Ligi Obrony Kraju.**
- **Uczestnicy muszą przestrzegać postanowień organizacyjnych, wynikających z „Informatora Zawodów” oraz „Regulaminu zawodów ” i „Regulaminu strzelniczy”.**

- Za bezpieczeństwo związane z przewozem broni i amunicji do konkurencji sportowych odpowiadają kierownicy zespołów.
- Każdy zawodnik powinien mieć do wglądu dokument ze zdjęciem i aktualne badania lekarskie.
- **Sędziowie Główni strzelania** posiadają uprawnienia przewodniczących jury danej konkurencji (strzelania) i mają obowiązek przyjmowania i rozpatrywania bezpośrednich reklamacji i oficjalnych protestów.
- **Decyzje Komisji Klasyfikacyjnej (RTS)** dotyczące przestrzelin lub liczby strzałów w tarczy są ostateczne i nie można się od nich odwołać.
- Sędziowie poszczególnych konkurencji mają prawo wyrywkowego dokonywania na linii wyjściowej, indywidualnej kontroli tożsamości zawodników (sprawdzenie legitymacji członka LOK. W przypadku odstępstw od obowiązujących regulaminowych ustaleń konsekwencją będzie dyskwalifikacja zawodnika lub zespołu.
- Przy składaniu protestów i reklamacji obowiązują przepisy międzynarodowe i regulaminy zawodów PZSS.
- **W zawodach bierze udział Obserwator Kolegium Sędziów Podkarpackiego WZSS.**
- Obowiązki Obserwatora kolegium sędziów Podk.WZSS może pełnić Sędzia główny zawodów.
- Każdy zespół musi mieć kierownika, który jest odpowiedzialny za utrzymanie dyscypliny w swoim zespole. Kierownikiem zespołu może zostać wytypowany zawodnik. Kierownik zespołu musi przez cały czas współpracować z osobami funkcyjnymi strzelnicy w sprawach dotyczących bezpieczeństwa, sprawnego przebiegu zawodów i sportowego współzawodnictwa.

#### **Kierownik zespołu odpowiada za :**

- skompletowanie wymaganych dokumentów (zgłoszeń) z dokładnymi danymi i przedłożenie ich do odpowiednich osób i w czasie;
- znajomość programu zawodów;
- zgłoszenie się przygotowanych do strzelania zawodników, na wyznaczonym stanowisku strzeleckim, we właściwym czasie;
- sprawdzanie wyników i składanie protestów, gdy to konieczne;
- sprawdzanie wstępnych i oficjalnych komunikatów, wyników i ogłoszeń;
- przyjmowanie oficjalnych informacji i zaleceń, oraz przekazywanie ich członkom zespołu; oraz reprezentowania zespół na wszystkich oficjalnych spotkaniach.

#### **Zawodnik odpowiada za :**

- zgłoszenie się na swoim, wyznaczonym stanowisku, gotowy do strzelania, i w odpowiednim czasie, wraz z zatwierdzonym sprzętem;
- przyjmowanie pozycji strzeleckiej na swoim wyznaczonym stanowisku w taki sposób by nie przeszkadzać innym zawodnikom;
- swoje zachowanie, nie przeszkadzając lub nie powodując gorszych wyników u innych zawodników;
- zawodnik, którego zachowanie i czyny, w opinii Jury, przeszkadzają innym zawodnikom musi dostać ostrzeżenie, karę odjęcia 2 pkt. lub dyskwalifikację w zależności od okoliczności;
- w czasie strzelań zawodników obowiązuje wysoka dyscyplina i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa obowiązujących na strzelnicy podczas strzelań.

#### **Zabrania się zawodnikom :**

- korzystania z innych niedozwolonych ułatwień, przyrządów stosowanych w strzelectwie wyczynowym;
- korygowania strzelań przez kierowników ekip, kolegów i kibiców.

**Bezwzględnej dyskwalifikacji podlega zespół lub zawodnik, który : narusza zasady bezpieczeństwa, niniejszego regulaminu oraz innych regulaminów w nich przywołanych.**

#### **PRZEPISY BEZPIECZEŃSTWA ISSF**

- każdy uczestnik przebywający na strzelnicy obowiązkowo musi się zapoznać z regulaminem strzelnicy w zakresie przepisów bezpieczeństwa na strzelnicy w czasie pobytu i strzelania;
- bezpieczeństwo zawodników, personelu strzelnicy oraz widzów wymaga ciągłej i starannej uwagi przy manipulowaniu bronią;
- od wszystkich osób wymagana jest samodyscyplina, gdy ona zawodzi, obowiązkiem sędziów jest wprowadzenie dyscypliny, zaś obowiązkiem zawodników i osób funkcyjnych w zespołach jest pomoc w jej egzekwowaniu.

- 6.2.2.1** Dla zapewnienia bezpieczeństwa manipulowanie bronią zawsze musi odbywać się z największą ostrożnością. Podczas treningu lub zawodów broń nie może być zabrana z linii ognia bez zgody Sędziego Stanowiskowego.
- 6.2.2.2** Wskaźniki bezpieczeństwa muszą być stosowane we wszystkich karabinach, pistoletach i półautomatach strzelbach poza czasem gdy dozwolone jest strzelanie na sucho lub ostre na linii ognia. Celem użycia wskaźnika bezpieczeństwa jest wyraźna informacja, kiedy zamek jest otwarty i broń jest rozładowana. Wskaźnik bezpieczeństwa musi być na tyle długi, aby przebiegał przez całą długość lufy.
- **Jeśli wskaźnik bezpieczeństwa nie został użyty zgodnie z tym przepisem, członek Jury musi udzielić OSTRZEŻENIA instruując zawodnika o konieczności użycia wskaźnika bezpieczeństwa;**
  - **Jeśli Jury potwierdzi, że zawodnik pomimo udzielenia ostrzeżenia odmawia użycia wskaźnika bezpieczeństwa zgodnie z tym przepisem, zawodnik musi zostać "ZDYSKWALIFIKOWANY".**
  -
- 6.2.2.3** Gdy zawodnicy przebywają na stanowisku strzeleckim, ich broń musi być zawsze skierowana w bezpiecznym kierunku. Nie można zamykać mechanizmu lub zamka dopóki broń nie jest skierowana w bezpiecznym kierunku, w stronę tarcz/kulochwyty.
- 6.2.2.4** Przed odłożeniem broni w celu opuszczenia stanowiska strzeleckiego lub gdy strzelanie dobiegło końca, broń musi być rozładowana (zamek lub mechanizm) i użyty wskaźnik bezpieczeństwa. Przed opuszczeniem stanowiska strzeleckiego zawodnik musi upewnić się – a Sędzia Stanowiskowy musi skontrolować że w komorze broni lub magazynku nie ma naboju lub pocisku oraz, że został użyty wskaźnik bezpieczeństwa.
- 6.2.2.5** Jeśli zawodnik chowa broń do pokrowca lub zabiera ją ze stanowiska strzeleckiego bez przeprowadzonej kontroli przez Sędziego Stanowiskowego, może zostać zdyskwalifikowany, jeśli Jury uzna, że doszło do poważnego naruszenia bezpieczeństwa.
- 6.2.2.6** W czasie strzelania broń może być odłożona (brak kontaktu) tylko po usunięciu naboju i/lub magazynka oraz po otwarciu komory. Broń pneumatyczna musi zostać zabezpieczona przez otwarcie dźwigni napinającej lub komory.
- 6.2.2.7** Manipulowanie bronią jest niedozwolone i wskaźniki bezpieczeństwa muszą być użyte, gdy osoba funkcyjna znajduje się za linią ognia. Aby zwiększyć bezpieczeństwo nakazuje się, by sędziowie, obsługa, itp. mogli wychodzić poza linię ognia tylko po uzyskaniu zgody Sędziego Głównego Osi. Wcześniej musi on wydać komendę :  
**STOP...ROZŁADUJ...WŁOŻYĆ WSKAŹNIKI BEZPIECZEŃSTWA.**  
Po zakończeniu przerwy musi być wydana komenda **PRZYJĄĆ POSTAWĘ.**
- 6.2.2.8** Na strzelnicy, gdy broń nie znajduje się na stanowisku, musi znajdować się w futerale/pokrowcu, aż do uzyskania pozwolenia na jej wyjęcie od Sędziego Stanowiskowego.

### 6.2.3 KOMENDY NA STANOWISKU

- 6.2.3.1** Sędzia Główny Osi lub inni właściwi Sędziowie Stanowiskowi są odpowiedzialni za wydawanie komend **ŁADUJ (LOAD), START (START), STOP (STOP) i ROZŁADUJ (UNLOAD)**, oraz innych niezbędnych komend. Sędziowie Stanowiskowi muszą dopilnować wykonywania komend i bezpieczeństwa przy manipulowaniu bronią.
- 6.2.3.2** Broń i jej magazynki mogą być załadowane tylko na linii ognia i tylko po wydaniu komendy **ŁADUJ (LOAD) lub START (START)**. W każdym innym przypadku broń i magazynki muszą być rozładowane.
- 6.2.3.3** W przypadku, gdy karabin lub pistolet 50 m posiada magazynek, tylko jeden nabój może być załadowany. Jeśli w konkurencji Pistolet pneumatyczny 10 m używany jest 5 strzałowy pistolet pneumatyczny, tylko jeden pocisk może być załadowany.
- 6.2.3.4** Jeśli zawodnik odda strzał przed podaniem komendy **ŁADUJ (LOAD) lub START (START)**, albo po wydaniu komendy **STOP (STOP) lub ROZŁADUJ (UNLOAD)** może zostać zdyskwalifikowany, jeśli naruszyło to bezpieczeństwo.

**6.2.3.5** Po komendzie **STOP (STOP)** strzelanie musi zostać przerwane. Po komendzie **ROZŁADUJ (UNLOAD)** wszyscy zawodnicy muszą rozładować i zabezpieczyć broń oraz magazynki (aby rozładować broń pneumatyczną należy poprosić o zgodę Sędziego Stanowiskowego). Strzelanie może zostać wznowione tylko po wydaniu ponownej komendy **START (START)**. Komendy **ŁADUJ, START, STOP i ROZŁADUJ**, oraz inne polecenia może wydawać sędzia główny strzelań oraz właściwi sędziowie stanowiskowi.

- **Surowo zabronione jest spożywanie napoi alkoholowych i odurzających przez zawodników i osób przebywających na strzelnicy w czasie strzelań – zawodnik będący pod wpływem w/w środków będzie zdyskwalifikowany wraz z zespołem;**