

SYSTEM SPORTU MŁODZIEŻOWEGO

REGULAMIN WSPÓŁZAWODNICTWA SPORTOWEGO MŁODZIEŻY UZDOLNIONEJ

CZĘŚĆ C

ZAPASY

Dział I.

Kategorie wiekowe		
Młodzieżowiec	21-23 lata	w 2026 roku urodzeni 01.01.2003-31.12.2005
Junior	18-20 lat	w 2026 roku urodzeni 01.01.2006-31.12.2008
Junior młodszy	15-17 lat	w 2026 roku urodzeni 01.01.2009-31.12.2011
Młodzik	12-14 lat	w 2026 roku urodzeni 01.01.2012-31.12.2014

W szkoleniu wojewódzkim mogą uczestniczyć zawodnicy kategorii młodzik 11 lat (urodzeni 01.01.2014-31.12.2014) bez prawa udziału zawodników w zawodach SSM w tej grupie wiekowej.
Od roku 2027 nastąpi zmiana w zasadach punktacji pomiędzy sportami olimpijskimi a nieolimpijskimi. W sportach nieolimpijskich do rankingu Systemu Sportu Młodzieżowego zaliczane będą wyniki tylko w kategoriach wiekowych młodzik oraz junior młodszy.

Dział II.

Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży

1. Organizator.

Komitet organizacyjny na terenie, którego rozgrywana jest OOM. Organizatorem OOM w bloku halowym w 2026 roku będzie Łódzka Federacja Sportu. Kierownictwo sportowe sprawuje Polski Zapaśniczy (PZZ).

2. Termin zawodów.

Finały:

Zapasy styl wolny – Spała, 13-15.04.2026

Zapasy kobiet – Spała, 15-17.04.2026

Zapasy styl klasyczny – Spała, 17-19.04.2026

Zawody rozegrane będą w kategorii **junior młodszy 15-17 lat** w następujących kategoriach wagowych:

Dziewczęta: 40kg, 43kg, 46kg, 49kg, 53kg, 57kg, 61kg, 65kg, 69kg, 73kg,

Styl klasyczny i wolny: 45kg, 48kg, 51kg, 55kg, 60kg, 65kg, 71kg, 80kg, 92kg, 110kg.

3. Warunki uczestnictwa.

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

- posiadać aktualną licencję PZZ.
- legitymować się oficjalnym dowodem tożsamości (dowód osobisty, paszport lub legitymacja szkolna),

- być zarejestrowani w Powszechnym Elektronicznym Systemie Ewidencji Ludności (PESEL) lub posiadać obywatelstwo innego państwa Unii Europejskiej i niepowtarzalny identyfikator we właściwym dla danego państwa rejestrze. (zgodnie z regulaminem ogólnym „A” SSM pkt.3.1),
- Być obywatelem polskim lub posiadać polskie obywatelstwo sportowe nadane przez UWW (Światowa Federacja Zapasnicza) uprawniające do startu w reprezentacji Polski na zawodach mistrzowskich,
- posiadać aktualne orzeczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do uprawiania sportu,
- uczestnictwo zawodników zagranicznych SSM określają przepisy regulaminów: ogólnego cz. „A” SSM i właściwego PZS.

System kwalifikacji do zawodów finałowych OOM:

KWALIFIKACJE DO ZAWODÓW FINAŁOWYCH OOM W ZAPASACH ODBYWAJĄ SIĘ ZGODNIE Z REGULAMINAMI PZZ.

1. Komisja Sportowa PZZ bezpośrednio po zakończeniu kwalifikacji, ogłasza listę rankingową dla każdej kategorii wagowej. W finałach OOM-MPJm zawodnik ma prawo startu w kat. wagowej, w której uzyskał awans na podstawie punktów rankingowych.
2. Zgłoszenia wstępne do OOM należy przesłać na 14 dni przed datą konferencji technicznej. Na 7 dni przed I konferencją techniczną zawodów OOM komisja techniczna opublikuje na stronie internetowej PZZ wstępną listę startową.
3. W przypadku nie zgłoszenia liczby zawodników zgodnej z limitem w danej kategorii wagowej, do finałów OOM awansuje zawodnik z rankingu tej kategorii, z województwa, które miało prawo zgłosić zawodnika.
4. W przypadku, gdy w tej kategorii województwo nie ma zawodnika do finałów awansuje kolejny zawodnik z rankingu tej kategorii.

4. Sposób przeprowadzania zawodów.

- Zgodnie z przepisami PZZ oraz niniejszym regulaminem;
- Weryfikacja zawodników przeprowadzona na odprawie technicznej zamyka ostatecznie listę startową zawodników;
- program zawodów (tabela w pkt 6.);
- łączna liczba uczestników w finałach OOM, w każdym stylu wynosi:

Kobiety

zawodniczki	120
trenerzy	50
sędziowie	21 (6 na matę, SG, delegat techniczny, kierownik list)
delegaci PZZ	2

Razem 213 osób

Styl klasyczny

Zawodnicy	170
trenerzy	50
sędziowie	21 (6 na matę, SG, delegat techniczny, kierownik list)
delegaci PZZ	2

Razem 233 osoby

Styl wolny

Zawodnicy	170
trenerzy	50
sędziowie	21 (6 na matę, SG, delegat techniczny, kierownik list)
delegaci PZZ	2

Razem 233 osoby

6. Program zawodów:

Program zawodów dla każdego stylu	
I dzień	Przyjazd do kolacji, weryfikacja, konferencja techniczna,
II dzień	Waga I, walki eliminacyjne, otwarcie zawodów, cd. walk eliminacyjnych,
III dzień	Waga II, walki finałowe, dekoracja i zakończenie zawodów, wyjazd po obiedzie,

Dział III.

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

Dział IV.

W kategorii młodzik w ramach SSM oceniane są Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików rozgrywane w następujących kategoriach wagowych:

Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików - zapasy kobiety, styl klasyczny, styl wolny		
K	kobiety	33kg, 36kg, 39kg, 42kg, 46kg, 50kg, 54kg, 58kg, 62kg, 66kg,
M	styl klasyczny	38kg, 41kg, 44kg, 48kg, 52kg, 57kg, 62kg, 68kg, 75kg, 85kg,
M	styl wolny	38kg, 41kg, 44kg, 48kg, 52kg, 57kg, 62kg, 68kg, 75kg, 85kg,

Strefy MMM:

Strefa		2025	2026	2027	2028
A	POM-WLP-ZPM-LBU	WLP	ZPM	LBU	POM
B	MLP-OPO-SL-DSL	OPO	SL	DSL	MLP
C	LDZ-PKR-SWI-LUB	PKR	SWI	LUB	LDZ
D	MAZ-PDL-WM-KPM	PDL	WM	KPM	MAZ

Przypominamy:

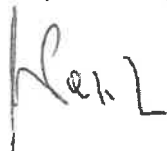
- wszystkie zagadnienia związane z punktacją SSM prowadzone są poprzez właściwy PZS,
- wnioski o zmianę kategorii wiekowej muszą być zgłoszone przez Polski Związek Sportowy, na 30 dni przed zawodami ocenianymi, poprzez witrynę internetową dedykowaną Systemowi Sportu Młodzieżowego.
- wniosek o podział punktów składa zainteresowany klub do PZS, z kolei PZS wprowadza wniosek poprzez witrynę internetową dedykowaną Systemowi Sportu Młodzieżowego. Ostateczny termin zgłoszenia wniosku o podział punktów: 31 października 2026.

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

Korespondencję dotyczącą regulaminów
i naliczania punktów prosimy przysyłać na adres:
wyniki-ssm@insp.waw.pl

Data: 28.01.2026

Zespół Metodyczny



Polski Związek Zapaśniczy

Dyrektor Sportowy
Polskiego Związku Zapaśniczego

mgr Marek Wołachowski

POLSKI ZWIĄZEK ZAPAŚNICZY

00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30 lok. 13

NIP: 526 12 86 191, REGON: 000866449

tel. +48 22 624 81 11

Dyscyplina:
ZAPASY KOBIET

Załącznik #1: klucz punktacji wydarzeń SSM na rok 2026

Grupa wiekowa: **MŁODZIK**

id	Nazwa wydarzenia	Ranga	Liczba stref	Rodzaj	SUMA PKT 804
1	MIEDZYWOJEWÓDZKIE MISTRZOSTV	MMM	4	indywidualne	
2	MISTRZOSTWA POLSKI	MP/PP	1	indywidualne	
3				indywidualne	

[illegible]

Dyrektor Sportowy
Polskiego Związku Zapaśniczego

mgr Marek Wałachowski

POLSKI ZWIĄZEK ZAPAŚNICZY
00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30 lok. 13
NIP: 526 12 86 191, REGON: 000866449
tel. +48 22 624 81 11

Dyscyplina:
ZAPASY KOBIET

Załącznik #2: klucz punktacji wydarzeń SSM na rok 2026

Grupa wiekowa: **JUNIOR MŁODSZY**

Lp	Nazwa wydarzenia	Rodzaj	SUMA PKT 871
1	OGÓLNOPOLSKA OLIMPIADA MŁODZIEŻY	indywidualne	
2	MISTRZOSTWA POLSKI	indywidualne	
3			

				STANDARD punktacji SSM		Miejsca																						SUMA/ wydarzenie
Lp	Nazwa konkurencji	Wzrost osób w konkurencji	L. zaw w 2025	ID wydarzenia	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22		
1		40 kg	1	1	12	10	8	8																			38	
2		43 kg	1	1	12	10	8	8																			38	
3		46 kg	1	1	12	10	8	8	5	5	4	4	3	3	2	1	1	1									67	
4		49 kg	1	1	12	10	8	8	5	5	4	4	3	3	2	1	1										66	
5		53 kg	1	1	12	10	8	8	5	5	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	87	
6		57 kg	1	1	12	10	8	8	5	5	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	84	
7		61 kg	1	1	12	10	8	8	5	5	4	4	3	3	2	2	1	1									73	
8		65 kg	1	1	12	10	8	8	5	5	4	4	3	3	2	1	1										66	
9		69 kg	1	1	12	10	8	8	3	3	1																45	
10		73 kg	1	1	12	10	8	8	3	3	1																45	
11																											0	
12	Drużynowe mistrzostwa polski województw	10		2	65	50	40	30	25	21	17	14															262	
13																											0	
14																											0	
15																											0	
16																											0	
17																											0	
18																											0	
19																											0	
20																											0	
21																											0	
22																											0	
23																											0	
24																											0	

Dyrektor Sportowy
Polskiego Związku Zapasniczego

mgr Marek Wałachowski

POLSKI ZWIĄZEK ZAPASNICZY
00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30 lok. 13
NIP: 526 12 86 191, REGON: 000866449
tel. +48 22 624 81 11

Grupa wiekowa: JUNIOR

POLSKI ZWIĄZEK ZAPAŚNICZY
00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30 lok. 13
NIP: 526 12 86 191, REGON: 000866449
tel. +48 22 624 81 11

Dyscyplina:
ZAPASY KOBIET

Załącznik #4: klucz punktacji wydarzeń SSM na rok 2026 Grupa wiekowa: **MŁODZIEŻOWIEC**

Lp	Nazwa wydarzenia	Rodzaj	SUMA PKT 528
1	MISTRZOSTWA POLSKI	indywidualne	
2			
3			

				STANDARD punktacji SSM																	SUMA/ wydarzenie				
Lp	Nazwa konkurencji	Liczba osób w konkurencji	L. zaw w 2025	ID wydarzenia	Miejsca																				
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	50 kg	1		1	25	21	16	16	4	3	2	1													88
2	53 kg	1		1	25	21	16	16	4	3	2	1													88
3	57 kg	1		1	25	21	16	16	4	3	2	1													88
4	62 kg	1		1	25	21	16	16	4	3	2	1													88
5	68 kg	1		1	25	21	16	16	4	3	2	1													88
6	76 kg	1		1	25	21	16	16	4	3	2	1													88
7																									0
8																									0
9																									0
10																									0
11																									0
12																									0

Dyrektor Sportowy
Polskiego Związku Zapasniczego

mgr Marek Watachowski

POLSKI ZWIĄZEK ZAPASNICZY
00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30 lok. 13
NIP: 526 12 86 191, REGON: 000866449
tel. +48 22 624 81 11

POLSKI ZWIĄZEK ZAPASNICZY
ul. Jerozolimskie 30 lok. 13
00-024 Warszawa
tel. +48 22 624 81 11

Grupa wiekowa: MŁODZIK

POLSKI ZWIĄZEK ZAPAŚNICZY
00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30 lok. 13
NIP: 526 12 86 191, REGON: 000866449
tel. +48 22 624 81 11

Grupa wiekowa: JUNIOR MŁODSZY

Lp	Nazwa wydarzenia	Rodzaj	SUMA PKT 1073
1	OGÓLPOLSKA OLIMPIADA MŁODZIEŻY	Indywidualne	
2	MISTRZOSTWA POLSKI	Indywidualne	
3			

[illegible]

Dyrektor Sportowy
Polskiego Związku Zapasniczego


mgr Marek Wałachowski

POLSKI ZWIĄZEK ZAPAŚNICZY
00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30 lok. 13
NIP: 526 12 86 191, REGON: 000866449
tel. +48 22 624 81 11

Grupa wiekowa: JUNIOR

tel. +48 22 624 81 11

Grupa wiekowa: **MŁODZIEŻOWIEC**

[illegible]

Dyrektor Sportowy
Polskiego Związku Zapasniczego

mgr Marek Walachowski

POLSKI ZWIĄZEK ZAPAŚNICZY
00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30 lok. 13
NIP: 526 12 86 191, REGON: 000866449
tel. +48 22 624 81 11

Grupa wiekowa: **MŁODZIK**

POLSKI ZWIĄZEK ZAPAŚNICZY
00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30 lok. 13
NIP: 526 12 86 191, REGON: 000866449
tel. +48 22 624 81 11

Grupa wiekowa: JUNIOR MŁODSZY

POLSKI ZWIĄZEK ZAPAŚNICZY
00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30 lok. 13
NIP: 526 12 86 191, REGON: 000866449
tel. +48 22 624 81 11

Dyscyplina:
ZAPASY STYL KLASYCZNY

Załącznik #3: klucz punktacji wydarzeń SSM na rok 2026

Grupa wiekowa: JUNIOR

Lp	Nazwa wydarzenia	Rodzaj	SUMA PKT
1	MISTRZOSTWA POLSKI	Indywidualne	
2			
3			810

					STANDARD punktacji SSM																						
Lp	Nazwa konkurencji	Liczba osób w konkurencji	L. zaw w 2025	ID wydarzenia	Miejsca																				SUMA/ wydarzenie		
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
1		55 kg	1		1	15	12	10	10	8	8	6	5	4	3												81
2		60 kg	1		1	15	12	10	10	8	8	6	5	4	3												81
3		63 kg	1		1	15	12	10	10	8	8	6	5	4	3												81
4		67 kg	1		1	15	12	10	10	8	8	6	5	4	3												81
5		72 kg	1		1	15	12	10	10	8	8	6	5	4	3												81
6		77 kg	1		1	15	12	10	10	8	8	6	5	4	3												81
7		82 kg	1		1	15	12	10	10	8	8	6	5	4	3												81
8		87 kg	1		1	15	12	10	10	8	8	6	5	4	3												81
9		97 kg	1		1	15	12	10	10	8	8	6	5	4	3												81
10		130 kg	1		1	15	12	10	10	8	8	6	5	4	3												81
11					1	15	12	10	10	8	8	6	5	4	3												81
12																										0	
13																										0	
14																										0	
15																										0	
16																										0	
17																										0	
18																										0	

Dyrektor Sportowy
Polskiego Związku Zapasniczego

mgr Marek Walachowski

WYDZIAŁ SPORTU
ul. Jerozolimskie 30 lok. 13
00-024 Warszawa
tel. +48 22 624 81 11

POLSKI ZWIĄZEK ZAPAŚNICZY
00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30 lok. 13
NIP: 526 12 86 191, REGON: 000866449
tel. +48 22 624 81 11

Dyscyplina:

ZAPASY STYL KLASYCZNY

Załącznik #4: klucz punktacji wydarzeń SSM na rok 2026 Grupa wiekowa: **MŁODZIEŻOWIEC**

Lp	Nazwa wydarzenia	Rodzaj	SUMA PKT 528
1	MISTRZOSTWA POLSKI	Indywidualne	
2			
3			

					STANDARD punktacji SSM																				SUMA/ wydarzenie
Lp	Nazwa konkurencji	Liczba osób w konkurencji	L. zaw w 2025	ID wydarzenia	Miejsca																				
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
				1	25	21	16	16	4	3	2	1												88	
1	60 kg	1		1	25	21	16	16	4	3	2	1												88	
2	67 kg	1		1	25	21	16	16	4	3	2	1												88	
3	77 kg	1		1	25	21	16	16	4	3	2	1												88	
4	87 kg	1		1	25	21	16	16	4	3	2	1												88	
5	97 kg	1		1	25	21	16	16	4	3	2	1												88	
6	130 kg	1		1	25	21	16	16	4	3	2	1												88	
7																								0	
8																								0	
9																								0	
10																								0	
11																								0	
12																								0	

Dyrektor Sportowy
Polskiego Związku Zapasniczego

mgr Marek Wałachowski

POLSKI ZWIĄZEK ZAPASNICZY
00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30 lok. 13
NIP: 526 12 86 191, REGON: 000866449
tel. +48 22 624 81 11