



**“SOLNY GARNIZON”**  
Klub Strzelecki Bochnia

32-700 Bochnia  
ul. Strzelecka 87  
e-mail: [biuro@solnygarnizon.pl](mailto:biuro@solnygarnizon.pl)

---

Współorganizatorem zawodów jest:

**MAŁOPOLSKIE CENTRUM STRZELECTWA**



---

## *Regulamin*

*Puchar Solnego Garnizonu*  
*„OPERACJA STRZAŁ I”*  
*Bochnia 24.05.2026*

**Konkurencje:**

1. EVAC UNDER FIRE - (PCZ)
2. THOR – (PCZ)
3. RANNY – (KCZ)
4. SZYBKI DYSTANS - (KCZ)
5. CMENTARZ – (PCZ/KCZ)
6. NOCTURNE – (PCZ/KCZ)

## **Regulamin i program zawodów**

### **1. Cel zawodów:**

- popularyzacja i promocja strzelectwa sportowego
- rywalizacja sportowa
- rozwijanie umiejętności strzeleckich

### **2. Czas i miejsce zawodów:**

**Zawody odbędą się 24 maja 2026 na strzelnicy w Bochni, ul. Strzelecka 87, w godzinach 10:00 – 15.00.**

### **3. Warunki uczestnictwa, jeden z wymienionych:**

- Posiadanie pozwolenia na broń
- Posiadanie ważnej licencji zawodniczej PZSS

### **4. Zgłoszenia uczestnictwa:**

**- najpóźniej do 23 maja**  
**- wymagana rejestracja online na stronie klubu solnygarnizon.pl**

### **5. Koszty uczestnictwa:**

- Pełny koszt zawodów 500zł (wpisowe + konkurencje)
- Zwroty pieniężne nie przysługują

### **6. Broń i amunicja:**

- konieczność korzystania z własnej broni i amunicji
- możliwość korzystania z pożyczonej broni od innych zawodników

### **7. Pozostałe wyposażenie:**

- własne ochronniki słuchu i wzroku
- pas z kaburą i ładownicami oraz zawieszami do karabinu
- inne wyposażenie opisane poniżej

### **8. Obserwator MZSS obecny na zawodach**

### **9. Zawody wpisane w kalendarz zawodów MZSS.**

### **10. Organizatorowi przysługuje prawo do:**

- wykluczenia uczestnika zawodów w przypadku naruszenia regulaminu lub zasad bezpieczeństwa
- wykluczenia uczestnika zawodów w przypadku braku umiejętności obsługi broni
- braku wymaganego Regulaminem Zawodów wyposażenia
- nieuwzględnienia wyników zawodnika w Rezultatach Zawodów w przypadku gdy metryczka jego wyników jest niepoprawnie wypełniona, nieczytelna, nie podpisana przez zawodnika lub sędziego toru

**11.Przebieg konkurencji-** może podlegać modyfikacji przez sędziego głównego lub sędziego nadzorującego daną konkurencję, spowodowanymi bezpieczeństwem lub warunkami strzelania.

## **12.Pozostałe sprawy nieuregulowane w przepisach rozstrzyga**

Jury zawodów (Obserwator MZSS, Sędzia Główny Zawodów, Kierownik Zawodów, Organizator Zawodów).

### **Komendy**

Wszystkie komendy w trakcie trwania konkurencji wydaje sędzia nadzorujący jej przebieg i należy się do nich bezwzględnie stosować.

### **Komendy IPSC**

**ŁADUJ I PRZYGOTUJ SIĘ** - zawodnik zajmuje miejsce startowe zgodnie z opisem toru, podpina do broni załadowany magazynek i przeładowuje broń

**PRZYGOTUJ SIĘ** - zawodnik zajmuje miejsce startowe zgodnie z opisem toru, wszystkie magazynki użyte podczas przebiegu toru znajdują się w miejscach (lub miejscu) zgodnie z opisem toru

**CZY JESTEŚ GOTOWY ?** - zawodnik potwierdza skinieniem głowy lub słowem TAK - przyjmuje się, że zawodnik jest gotowy w przypadku braku odpowiedzi negatywnej na zadane przez sędziego pytanie z jednoczesnym przyjęciem przez zawodnika pozycji startowej zgodnej z opisem toru

**UWAGA** - po tej komendzie w ciągu 3-7 sekund nastąpi sygnał dźwiękowy timera, po którym zawodnik ostrzeliwuje cele wg procedury zgodnej z opisem toru

**JEŻELI SKOŃCZYŁEŚ ROZŁADUJ BROŃ I POKAŻ DO INSPEKCJI** - zawodnik po ostrzelaniu ostatniego celu odpina magazynek od broni i pokazuje sędziemu pustą komorę nabojołą

**JEŻELI BROŃ JEST ROZŁADOWANA WYKONAJ STRZAŁ KONTROLNY** - zawodnik po upewnieniu się, że broń jest całkowicie rozładowana oddaje strzał kontrolny w kierunku kulochwyty następnie chowa broń krótką do kabury lub pudełka. Broń długą z lufą skierowaną do góry wynosi się z toru w celu ustawieniu na stojaku lub schowania do futerału

### **INNE KOMENDY:**

**ŁADUJ** - zawodnik ładuje amunicję do magazynka

**START**- zawodnik, podpina magazynek do broni i przeładowuje broń, można strzelać

**STOP**- przerywamy strzelanie, zdejmujemy palec z języka spustowego

**ROZŁADUJ DO PRZEJRZENIA BROŃ**- odpinamy magazynek, pokazujemy sędziemu magazynek oraz pustą komorę nabojołą, oddajemy strzał kontrolny, chowamy lub odkładamy broń i schodzimy ze stanowiska. W przypadku gdy zawodnik ukończy konkurencję przed upływem przewidzianego czasu, odpina magazynek i czeka na kontrolę rozładowania broni.

## Punktacja i wyniki

Wynikiem jest stwierdzona przez sędziego liczba trafień. W konkurencjach dynamicznych wynikiem jest stwierdzona przez sędziego liczba punktów, zsumowana z czasem, w którym zostały prawidłowo ostrzelane cele.

Opuszczenie toru po wykonanej konkurencji traktowane jest, jako zatwierdzenie uzyskanych wyników przez zawodnika, które uzupełnił sędzia główny.

## Bezpieczeństwo!!!

***Broń i magazynki przenoszone przez zawodników na terenie strzelnicy muszą być całkowicie rozładowane. Obowiązuje wskaźnik bezpieczeństwa.***

Podczas trwania konkurencji należy zwrócić szczególną uwagę na:

1. Ładowanie broni tylko na komendę sędziego
2. Zakaz jakichkolwiek nieregulaminowych manewrów załadowaną bronią
3. Zachowanie bezpiecznego kierunku wylotu lufy broni; obowiązują kąty 90 stopni w kierunku prawym i lewym od osi przebiegu toru oraz góra kulochwytu.
4. Niewysuwanie żadnej części ciała przed płaszczyznę lotu lufy w momencie oddawania strzału.
5. Przeniesienie palca na język spustowy tylko po skierowaniu broni w stronę celu.
6. Zabrania się wychodzenia zawodnikom lub innym osobom za linię ognia w czasie trwania konkurencji;
7. Zabrania się ładowania do magazynka więcej amunicji niż dopuszcza regulamin konkurencji
8. Wyznacza się na strzelnicy „Strefę Bezpieczeństwa”, w której zawodnicy mogą składać się do strzału, czyścić, rozbierać, manipulować, wymieniać magazynki (tylko puste), dobywać z futerałów, przygotowywać się do strzelania, itp. **Broń w „Strefie Bezpieczeństwa” nie może być załadowana !!!**
9. W „Strefie bezpieczeństwa” nie można wyjmować żadnego rodzaju amunicji, nawet ćwiczebnej. Manipulowanie bronią w innych miejscach jest zabronione!!!
10. Dozwolone jest wyjmowanie karabinu z futerału i przygotowywanie się do strzelania na stanowisku ogniowym.

## Kary

1. Oddanie strzału przed komendą START karane jest dyskwalifikacją.
2. Dozwolone jest wycelowanie broni do 45° w górę i wyłącznie wtedy, gdy palec znajduje się poza kabłąkiem.
3. Nieprzestrzeganie zasad bezpieczeństwa karane jest dyskwalifikacją.
4. Zgubienie/upuszczenie broni podczas przebiegu toru karane jest dyskwalifikacją.
5. Opuszczenie stanowiska po ukończeniu konkurencji bez sprawdzenia rozładowania broni przez sędziego karane jest dyskwalifikacją.
6. Podczas wymiany magazynka palec musi znajdować się poza językiem spustowym.

## **Problemy techniczne z bronią lub amunicją**

Za wszelkie problemy z bronią lub amunicją odpowiada zawodnik. W przypadku wystąpienia niewypału dopuszcza się dodatkowe doładowanie broni trakcie trwania konkurencji, pod warunkiem, że nastąpi ono po usunięciu naboju-niewypału znajdującego się w broni i będzie wykonane w sposób bezpieczny.

## **Sprawy organizacyjne**

W czasie trwania zawodów należy stosować zalecenia Ministerstwa Zdrowia związane z reżimem sanitarnym. Oraz wykonywać polecenia organizatorów i obsługi strzelnicy.

## **Protesty**

Zawodnik niezgadzający się z decyzją sędziego, może złożyć protest bezpośrednio po zaistnieniu spornego zdarzenia do Sędziego Głównego.

**Decyzja Sędziego Głównego jest ostateczna i nie podlega dalszym protestom.**

**Interpretacja powyższego regulaminu należy do Sędziego Głównego, a jego decyzja jest OSTATECZNA!!!**

# OPERACJA STRZAŁ I

## Opis przygotowania do zawodów strzelecko-taktycznych

Zawody mają charakter terenowo-strzelecki i wymagają od uczestników odpowiedniego przygotowania fizycznego, sprzętowego oraz organizacyjnego. Uczestnicy będą poruszać się po wyznaczonej trasie, zaliczać kolejne punkty oraz wykonywać zadania strzeleckie i taktyczne, w tym działania nocne oraz konkurencje dzienne.

### 1. Termin i miejsce zbiórki

Zbiórka zawodników odbędzie się w **sobotę o godzinie 16:00 na terenie strzelnicy**.

Na miejsce należy przybyć punktualnie, z kompletnym wyposażeniem oraz przygotowaniem do przemieszczania się w terenie. Po zbiórce zawodnicy rozpoczną przejście wyznaczoną trasą, na której znajdować się będą kolejne punkty do zaliczenia.

### 2. Charakter trasy

Podczas zawodów przewidziane jest przejście trasy terenowej, w tym **przeprawa przez ciek wodny**.

Z tego względu każdy zawodnik powinien być przygotowany na:

- marsz z pełnym wyposażeniem,
- poruszanie się po trudnym lub mokrym terenie,
- zabezpieczenie ekwipunku przed wodą,
- skryte przenoszenie broni podczas przeprawy pieszej,
- korzystanie ze sprzętu do nawigacji.

Na czas przemieszczania się pieszo **broń krótka i długa musi być schowana w plecaku**. Plecak powinien być na tyle duży, aby umożliwiał bezpieczne i skryte przenoszenie całego wymaganego wyposażenia, w tym broni.

### 3. Działania po dotarciu na obiekt

Po dotarciu na obiekt zawodnicy będą realizować **szturm nocny na dwóch osiach**.

Wymaga to przygotowania do działania po zmroku, dlatego obowiązkowym elementem wyposażenia jest **latarka**. Zawodnik powinien umieć sprawnie poruszać się w warunkach ograniczonej widoczności oraz zachować bezpieczeństwo podczas wykonywania zadań nocnych.

Po zakończeniu zadania nocnego zawodnicy udają się na odpoczynek na terenie strzelnicy.

### 4. Nocleg i odpoczynek

Odpoczynek odbywa się na terenie strzelnicy, dlatego każdy zawodnik musi posiadać własny sprzęt noclegowy.

Wymagane jest przygotowanie wyposażenia umożliwiającego samodzielny nocleg, takiego jak:

- namiot lub norka,
- śpiwór,
- karimata,
- odpowiednia odzież do warunków pogodowych,

- zabezpieczenie rzeczy przed wilgocią.

Należy założyć, że warunki mogą być polowe, dlatego sprzęt powinien być praktyczny, sprawdzony i łatwy do spakowania.

## 5. Przebieg zawodów w niedzielę

W niedzielę po pobudce zawodnicy rozpoczynają dzień od porannego rozruchu oraz posiłku.

Następnie rozpocznie się główna część zawodów. Do wykonania będą **4 konkurencje**, które należy ukończyć w ciągu dnia. Będą one realizowane w formie łączonej, czyli **jeden tor po drugim**.

Oznacza to, że zawodnik powinien być przygotowany na dłuższy wysiłek bez dużych przerw pomiędzy zadaniami. Ważna będzie nie tylko celność, ale również kondycja, organizacja sprzętu, tempo działania i odporność na zmęczenie.

Planowane zakończenie zawodów przewidziane jest około **godziny 15:00 w niedzielę**.

## 6. Wymagane wyposażenie

Każdy zawodnik powinien posiadać następujące wyposażenie:

- latarkę,
- buty przeprawowe,
- worek przeprawowy na plecak, na przykład duży worek na śmieci,
- kamizelkę,
- duży plecak umożliwiający schowanie broni krótkiej i długiej,
- minimum 3 litry wody,
- sprzęt do nawigacji,
- prowiant,
- sprzęt noclegowy: namiot lub norka, śpiwór, karimata,
- wyposażenie dostosowane do warunków pogodowych i terenowych,
- minimum 60 sztuk amunicji do pistoletu oraz karabinu.

Nie ma wymaganej minimalnej wagi plecaka, jednak cały ekwipunek musi być dobrany tak, aby zawodnik był samowystarczalny podczas przemieszczania się, noclegu i realizacji zadań.

## 7. Wymagania dotyczące broni i obsługi

Od zawodników wymagana jest prawidłowa i bezpieczna obsługa broni, w szczególności **pistoletu Glock 45**.

Zawodnik powinien znać zasady bezpiecznego posługiwania się bronią, potrafić sprawnie wykonywać podstawowe czynności manualne oraz stosować się do komend prowadzących i sędziów.

Obowiązkowym wymogiem jest również posiadanie **tłumika na karabin**.

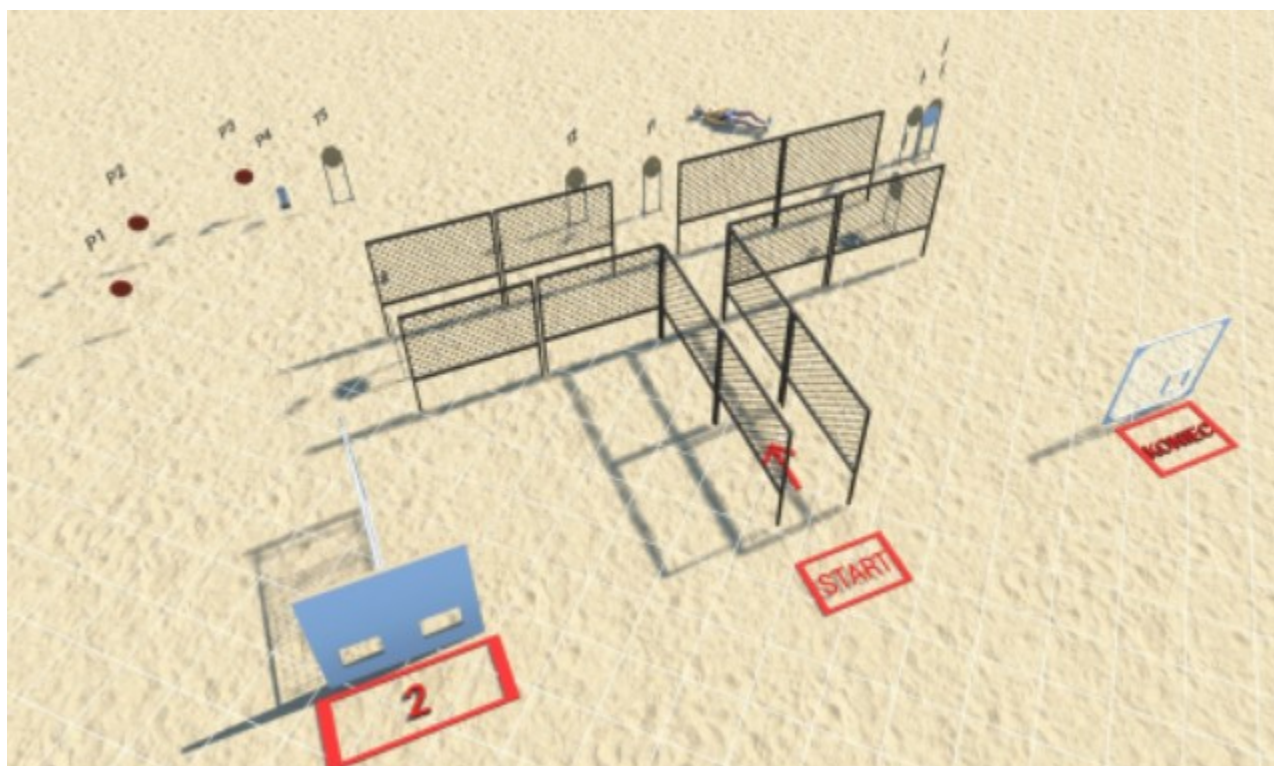
**Brak tłumika skutkuje dyskwalifikacją.**

## 8. Koszt udziału

Opłata startowa wynosi **500 zł**.

## 1.EVAC UNDER FIRE - (PCZ)

<b>CELE</b>	7 x tarcza IPSC, 4 x cele metalowe, 1 x NS
<b>MINIMALNA ILOŚĆ STRZAŁÓW</b>	PISTOLET: 18
<b>KONDYCJA BRONI</b>	Broń rozładowana w kaburze Magazyneki załadowane w ładownicach.
<b>PROCEDURA</b>	<p>Czas: nieograniczony</p> <p>Zawodnik w postawie stojącej oczekuje na sygnał timera. Po sygnale timera ładuje broń i w RUCHU rozpoczyna strzelanie do dwóch tarcz IPSC widocznych przed sobą. Następnie dobiega do uszkodzonego i niosąc go na plecach, wraca tą samą drogą do pola nr 2, eliminując po drodze 2 cele (tarcze IPSC) jednorącz. Na polu nr 2 zostawia uszkodzonego i rozpoczyna strzelanie do celów metalowych w pozycji leżącej. Następnie bez uszkodzonego dobiega do pola KONIEC, na którym w pozycji klęczącej eliminuje pozostałe cele.</p>
<b>BRÓŃ I AMUNICJA</b>	Pistolety centralnego zapłonu, dowolne przyrządy celownicze.



## 2.THOR – (PCZ)

CELE : POPPER „KWIATEK”

LICZBA OCENIANYCH TRAFIEŃ : strzelający oddaje strzały z pistoletu w kierunku poppera z postawy stojącej,

POSTAWA STRZELECKA : STOJĄCA - PISTOLET

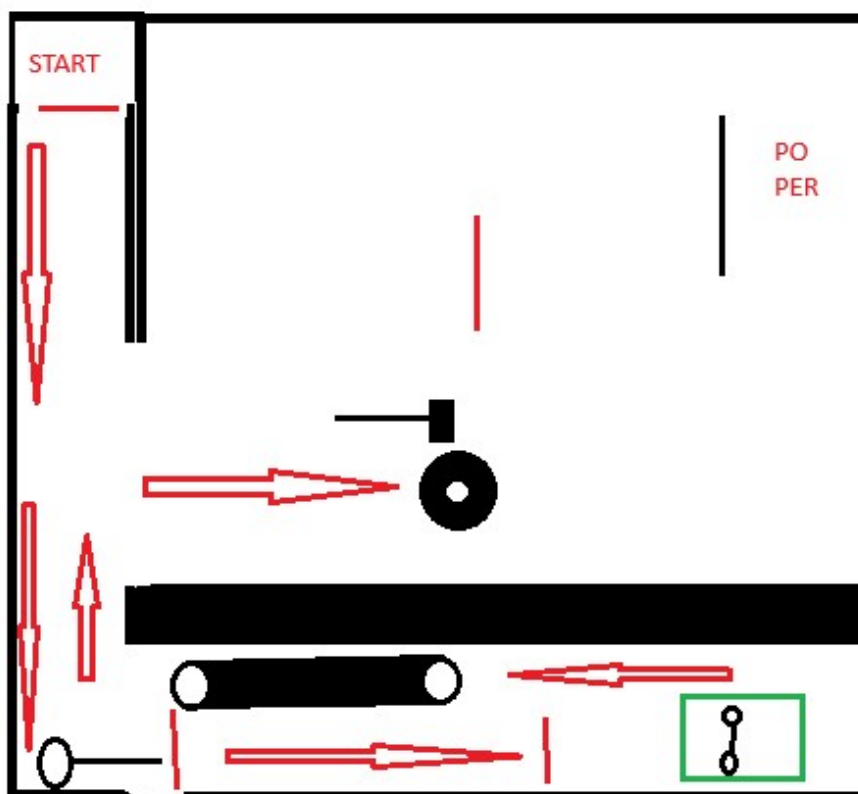
KONDYCJA BRONI : 18 sztuk amunicji do pistoletu, po 9 w każdym magazynku, magazynek podpięty do broni, broń przeładowana w kaburze – z wykluczeniem szybkich kabur pistoletowych typu IPSC – magazynek podpięty, broń nie przeładowana

PROCEDURA :

ZAWODNIK USTAWIA SIĘ NA LINII STARTU , PO PRZYGOTOWANIU BRONI I SPRAWDZENIU PRZEZ SĘDZIEGO ZAWODNIK NA KOMENDĘ ROZPOCZYNA TOR PRZESZKÓD, BIEG , PRZECIĄGANIE OPON PRZY POMOCY LINY NA WYZNACZONYM ODCINKU, BIEG, 10 RAZY WYPROST RAMON ZE SZTANGĄ UNIESIONĄ NAD GŁOWĄ, BIEG, CZOŁGANIE W RUŻE , BIEG, 10 RAZY ODEŻANIE MŁOTEM O OPONE, NASTĘP[NIE DOBIEGA DO LINI OGNI I ROZPOCZYNA STRZELANIE W TRAKCIE Z WYMIANĄ MAGAZYNKA . CZAS ZATRZYMUJE SIĘ PO WYCZERPANIU AMUNICJI LUB POKRYCIU WSZYSTKICH CELÓW.

POPRAWNOŚĆ WYKONYWANYCH ĆWICZEŃ OCENIA SĘDZIA !

WYNIKI : CZAS + CELNE STRZAŁY



### 3.RANNY – (KCZ)

Kategoria: Shoot to Move

Wymagane: Zawodnik ma na pasie karabinek oraz posiada 2 magazynki po 5 sztuk amunicji do karabinka. Karabinek przed konkurencją znajduje się w stanie rozładowanym (bez wpiętego magazynka i naboju w komorze).

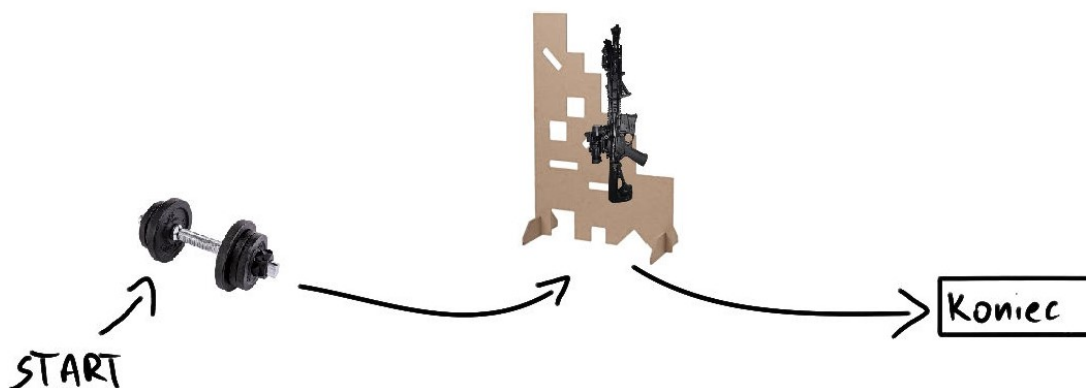
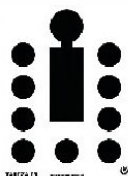
Przebieg: Strzelec podbiega po hantle, podnosi ją ręką wspomagającą i nie puszcza jej do końca konkurencji.

Podchodzi do nine hole i kładzie karabinek w miejscu wygodnym dla siebie.

Oddaje po jednym strzale w odległości od celu 20m do każdego kółka na tarczy, kolejność dowolna. Po oddaniu pięciu strzałów przeładowuje broń i kontynuuje strzelanie. Na tarczy znajduje się 9 kółek oraz jedno duże nad kwadratem, które jest ostatnim, dziesiątym celem do trafienia.

Po wykonaniu strzelania zawodnik wypina magazynek, zrzuca zamek oraz oddaje strzał kontrolny. Następnie podchodzi do wyznaczonego miejsca końcowego i tam odkłada hantle.

Gdy lufa podczas przebiegu załadowana opuści kulochwyt zawodnik zostanie z miejsca zdyskwalifikowany.



## 4.SZYBKI DYSTANS - (KCZ)

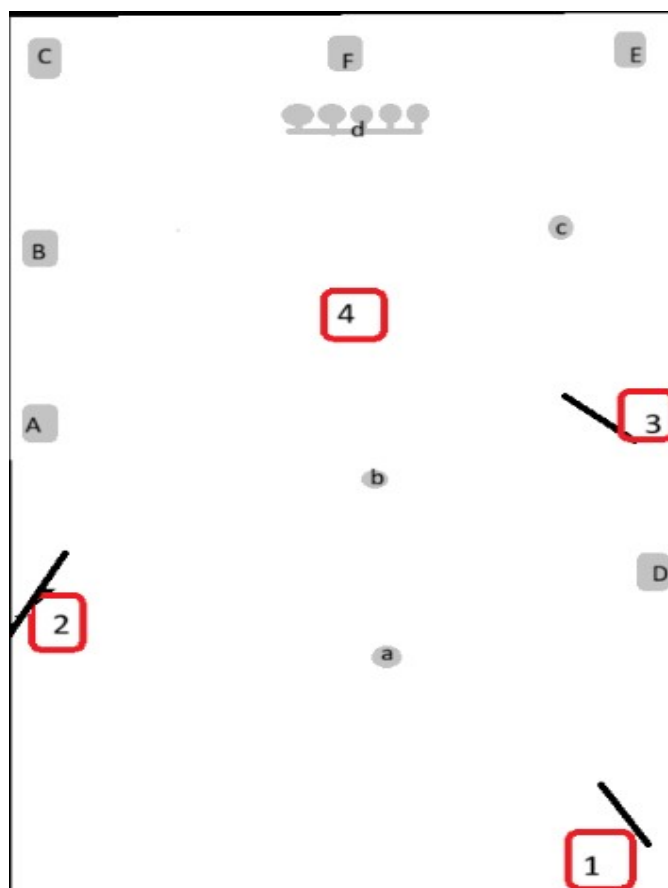
### Opis:

- zawodnik dobiega na 100 metrów z ciężarem trzymanym oburącz z tyłu na plecach (na karku) około 30-40 kg wystarczy
  - kładzie się na 100 metrach i oddaje 5 strzałów. wstaje, karabin wysoka gotowość i biegnie
  - biegnie na 50 metrów tam z postawy klęczącej Lewa strona 5 strzałów , przechodzi na prawą klęczącą 5 strzałów wstaje na prawą stojącą 5 strzałów przechodzi na lewą stojącą 5 strzałów ( ważne żeby nie pojechać stron i postaw bo pkt karne ) , wysoka gotowość i biegnie na 25 metrów
  - dobiega na 25 metrów i tam idąc w ruchu z 25 na 15 metrów oddaje 5 strzałów po czym przejście na krótką i z lini 15 metrów z pistoletem dobiega >
  - dobiega na linii 10 metrów i oddaje 5 strzałów z pistoletu i tu koniec.
- 
- punkty karne :
  - brak przestrzelin w tarczach każdy miss +5 sekund
  - pomylenie stron na 50 metrach +5 sekund za każdy błąd
  - strzały na 25 metrach które będą oddane stojąc ( nie w ruchu) +5s za każdy taki strzał



## 5. CMENTARZ – (PCZ/KCZ) (tor nocny)

Cele	6X POPIERSIE(karabinek), 8X STALOWE KOŁO(pistolet)
Liczba ocenianych trafień	20
Postawa startowa	Zawodnik stoi na linii startu
Postawa strzelecka	Postawa stojąca
Kondycja broni	<ul style="list-style-type: none"> <li>KARABINEK – ilość amunicji oraz ładowanie dowolne. Nabój wprowadzony do komory nabojoyej, magazynek podpięty</li> <li>PISTOLET-, broń w kaburze. ilość amunicji oraz ładowanie dowolne. Nabój wprowadzony do komory nabojoyej, magazynek podpięty</li> </ul>
Procedura	<p>Zawodnik stoi na linii startu. Po sygnale timera zajmuje stanowisko nr1- lokalizuje trzy cele karabinowe(popiersia A,B,C) każdy min 1 trafienie następnie lokalizuje cel pistoletowy(a) i oddaje min 1 celny strzał.</p> <p>Następnie przemieszcza się na stanowisko nr2 i powtarza sekwencję rażąc cele D,E,F,b.</p> <p>Przemieszcza się na stanowisko nr 3 i razi cele E,F,C,c.</p> <p>Przemieszcza się na stanowisko nr 4 i razi cele C,F,E,d.</p> <p>Aby zmienić stanowisko zawodnik musi trafić wskazane cele.</p> <p>po zakończeniu stanowiska nr 4 zawodnik rozładowuje karabinek oraz pistolet.</p>
Punktacja	<p>Trafienie w prawidłowy cel metalowy 0pkt</p> <p>Brak trafienia: 20 pkt</p> <p>Strzał niezgodny z procedurą: 20 pkt</p>
Wynik	Wynikiem jest suma punktów + czas. Wygrywa najmniejsza ilość punktów (np. 0pkt + 50s = 50 pkt)
Dopuszcza się używanie broni	<p>Karabin centralnego zapłonu z dowolnymi przyrządami celowniczymi.</p> <p>Pistolet centralnego zapłonu z dowolnymi przyrządami celowniczymi.</p>



6.NOCTURNE – (PCZ/KCZ) (tor nocny)  
OPIS TORU WKRÓTCE.

