



Legionowskie Towarzystwo Sportowe
Fundacja Wspierania Strzelectwa LTS Legionowo



REGULAMIN ZAWODÓW Cztery Pory Roku z Benchrest 2026 r.



Legionowskie Towarzystwo Sportowe
ul. Stanisława Moniuszki 41, 05-120 Legionowo
www.bron-lts.pl, ltslegionowo@gmail.com



Legionowskie Towarzystwo Sportowe Fundacja Wspierania Strzelectwa LTS Legionowo



1. Cel:

1. Propagowanie strzelectwa.
2. Wyłonienie najlepszych strzelców spośród biorących udział w zawodach.
3. Integracja członków LTS Sekcji Miłośników Broni ze strzelcami z innych stowarzyszeń.
4. Przedłużanie licencji zawodniczych Polskiego Związku Strzelectwa Sportowego na 2027 r.

2. Organizatorzy i współorganizatorzy:

1. Legionowskie Towarzystwo Sportowe Sekcja Miłośników Broni – organizator,
2. Fundacja Wspierania Strzelectwa LTS Legionowo,

3. Terminy i organizacja:

- 21-03-2026r
- 16-05-2026r
- 13-09-2026r
- 21-11-2026r
- godz. 9:00, w niedzielę godz. 10:00 - otwarcie zawodów, zapisy, odprawa techniczna,
- godz. 9:15, w niedzielę godz. 10:15 - rozpoczęcie strzelań,
- godz. 11:30, w niedzielę 12:30 - zakończenie przyjmowania zapisów (w dniu zawodów).

4.1. Konkurencja nr 1 strzelanie z karabinka bocznego zapłonu.

Strzelanie z karabinka bocznego zapłonu 22LR z optyką lub na przeziernikach na dystansie 50 m do tarczy określonej w regulaminie. Czas wykonania 3 strzałów próbnych - 5 minut. Czas serii ocenianej 20 minut na 25 strzałów.

4.1.1 Arkusz tarczowy składa się z 3 tarcz do strzałów próbnych i 25 tarcz do strzałów ocenianych. Zawodnik oddaje jeden strzał do każdej tarczy. Sumowane będą wszystkie punkty z tarcz ocenianych z jednego arkusza tarczowego zawodnika. W przypadku uzyskania równej ilości punktów przez kilku zawodników, o kolejności zajętych miejsc decydować będzie ilość 10-tek wewnętrznych następnie dziesiątek zwykłych, dziewiątek, ósemek itd.

W przypadku więcej niż jednej przestrzeliny w polu punktowym tarczy ocenianej liczona będzie przestrzelina o mniejszej wartości.

Punkty z zawodów z poszczególnych tur będą sumowane w całość tworząc klasyfikację generalną zawodów.

Tarcza do pobrania ze strony: <http://bron-lts.pl/download/tarcza-benchrest-kbz-50-m-a3/>

4.1.2. Specyfikacja broni (karabinków) bocznego zapłonu.

Karabinek sportowy bocznego zapłonu z komorą nabojaową kalibru .22 LR.

Karabinek musi mieć manualnie i mechanicznie obsługiwany mechanizm zapłonu. Wszelkie modyfikacje karabinka są dozwolone oraz można używać dowolnych celowników. Osady fabryczne lub wykonane na zamówienie, dociążenia lufy, stroiki, separatory i kompensatory są dozwolone.

Systemy karabinka umieszczone na szynach i w tzw. "restach" są zabronione.

Elektroniczny bezpiecznik i przeładowanie są zabronione.

Waga kompletnego karabinka wraz z lunetą, wszelkim osprzętem i bipodem (jeśli jest trwale przymocowany do łoża) nie może przekraczać 8 kg.



Legionowskie Towarzystwo Sportowe Fundacja Wspierania Strzelectwa LTS Legionowo



4.1.3. Amunicja bocznego zapłonu kalibru .22LR tylko fabryczna.

Pocisk amunicji bocznego zapłonu musi być wykonany ze stopu ołowiu.

Zawodnik na stanowisku może posiadać tylko wyliczoną ilość amunicji = 28 sztuk.

4.1.4. Używanie ekwipunku/wyposażenia elektronicznego w jakiegokolwiek formie jest zakazane z wyjątkiem elektronicznego czasomierza (stoper, timer, minutnik, itp).

4.1.5. Podpora przednia.

Przednia podpora lub worek z piaskiem nie ma ograniczeń dotyczących wagi, użytego materiału oraz stylu, w jakim została wykonana ale nie może być przyczepiona na stałe do stołu i do łoża broni.

Bipod na stałe przymocowany do osady musi swobodnie przesuwać się po stole do przodu, do tyłu oraz do góry (niedozwolone są ostro zakończone końce nóżek, maty, podkładki, blokady itp).

Zabronione są tzw. „resty” typu „imadło” czy „suport”.

Dopuszczalny jest bipod posiadający mechanizm umożliwiający korekty w pionie i poziomie w tym mechanizm śrubowy umożliwiający podnoszenie i opuszczanie łoża.

4.1.6. Podpora tylna.

Może być workiem lub serią worków wypełnionych piaskiem ale nie może być przyczepiona na stałe do stołu i do kolby broni. Tylne podpora może posiadać wsparcie pionowe [uszy] jednak nie może w tym wypadku umożliwiać regulacji góra/dół. Wsparcie pionowe nie może zawierać wypustków/insertów umożliwiających stałe przymocowanie podpory do blatu stołu lub worka z piaskiem.

Dopuszcza się stosowanie, jako tylnej podpory, monopodów na stałe zamocowanych do kolby posiadających regulację góra-dół.

4.1.7. Unieruchomienie karabinka.

W momencie podnoszenia karabinka do góry przednia i/lub tylna podpora nie może się podnosić razem z karabinkiem (nie dotyczy bipodów i monopodów). Karabin musi przesuwać się do przodu i do tyłu, nie może być unieruchomiony w podporach. Bipod i monopod na stałe przymocowany do karabinka musi swobodnie przesuwać się do przodu i do tyłu po powierzchni blatu stołu. Przednia i tylna podpora w żaden sposób nie może blokować swobodnego ruchu karabinka do tyłu po strzale oraz jego przesunięcia do przodu na pozycję wyjściową. Obie podpory muszą przesuwać się niezależnie od siebie i nie mogą być ze sobą połączone. Żaden z elementów wyposażenia zawodnika nie może być na stałe przymocowany do stołu. Taśmy ślizgowe/anty ślizgowe na workach z piaskiem są dozwolone.

4.1.8. Postawa strzelecka.

Strzelec powinien siedzieć swobodnie na stołku, opierając obie ręce na stole. Dopuszcza się układanie pod przedramionami worków z piaskiem. Na stole nie może być nic oprócz broni z osprzętem, wydzielonej amunicji i czasomierza.

Telefony komórkowe zawodników muszą być wyłączone.

Podczas trwania rozgrywki zawodnicy niebiorący w niej udziału nie mogą zajmować wolnych stanowisk oraz przebywać w bliskiej odległości lub pośród strzelających zawodników.



Legionowskie Towarzystwo Sportowe Fundacja Wspierania Strzelectwa LTS Legionowo



4.2. Konkurencja nr 2 strzelanie z karabinu centralnego zapłonu.

Strzelanie z karabinu centralnego zapłonu (repetier oraz semi-auto) kal. do 8 mm z optyką lub na przeziernikach na dystansie 100m do tarczy określonej w regulaminie. Czas wykonania 3 strzałów próbnych - 5 minut. Czas serii ocenianej 13 minut na 16 strzałów.

4.2.1 Arkusz tarczowy składa się z 3 tarcz do strzałów próbnych i 16 tarcz do strzałów ocenianych. Zawodnik oddaje jeden strzał do każdej tarczy. Sumowane będą wszystkie punkty z tarcz ocenianych z jednego arkusza tarczowego zawodnika. W przypadku uzyskania równej ilości punktów przez kilku zawodników, o kolejności zajętych miejsc decydować będzie ilość 10-tek wewnętrznych następnie dziesiątek zwykłych, dziewiątek, ósemek itd.

W przypadku więcej niż jednej przestrzeliny w polu punktowym tarczy ocenianej liczona będzie przestrzelina o mniejszej wartości.

Punkty z zawodów z poszczególnych tur będą sumowane w całość tworząc klasyfikację generalną zawodów.

Tarcza do pobrania ze strony: <http://bron-lts.pl/download/tarcza-benchrest-kcz-100-m-a3/>

4.2.2. Specyfikacja broni karabinu centralnego zapłonu (repetier oraz semi-auto) kal. do 8 mm.

Karabinek musi mieć manualnie i mechanicznie obsługiwany mechanizm zapłonu. Wszelkie modyfikacje karabinka są dozwolone oraz można używać dowolnych celowników. Osady fabryczne lub wykonane na zamówienie, dociążenia lufy, stroiki, separatory i kompensatory są dozwolone.

Systemy karabinka umieszczone na szynach i w tzw. "restach" są zabronione.

Elektroniczny bezpiecznik i przeładowanie są zabronione.

Waga kompletnego karabinka wraz z lunetą, wszelkim osprzętem i bipodem (jeśli jest trwale przymocowany do łoża) nie może przekraczać 8kg.

4.2.3. Zawodnik na stanowisku może posiadać tylko wyliczoną ilość amunicji = 19 sztuk.

4.2.4. Używanie ekwipunku/wyposażenia elektronicznego w jakiegokolwiek formie jest zakazane z wyjątkiem elektronicznego czasomierza (stoper, timer, minutnik, itp).

4.2.5. Podpora przednia.

Przednia podpora lub worek z piaskiem nie ma ograniczeń dotyczących wagi, użytego materiału oraz stylu, w jakim została wykonana ale nie może być przyczepiona na stałe do stołu i do łoża broni.

Bipod na stałe przymocowany do osady musi swobodnie przesuwać się po stole do przodu, do tyłu oraz do góry (niedozwolone są ostro zakończone końce nóżek, maty, podkładki, blokady itp).

Zabronione są tzw. „resty” typu „imałło” czy „suport”.

Dopuszczalny jest bipod posiadający mechanizm umożliwiający korekty w pionie i poziomie w tym mechanizm śrubowy umożliwiający podnoszenie i opuszczanie łoża.

4.2.6. Podpora tylna.

Może być workiem lub serią worków wypełnionych piaskiem ale nie może być przyczepiona na stałe do stołu i do kolby broni. Tylne podpora może posiadać wsparcie pionowe [uszy] jednak nie może w tym wypadku umożliwiać regulacji góra/dół. Wsparcie pionowe nie może zawierać wypustków/insertów umożliwiających stałe przymocowanie podpory do blatu stołu lub worka z piaskiem.

Dopuszcza się stosowanie, jako tylnej podpory, monopodów na stałe zamocowanych do kolby posiadających regulację góra-dół.



Legionowskie Towarzystwo Sportowe Fundacja Wspierania Strzelectwa LTS Legionowo



4.2.7. Unieruchomienie karabinka.

W momencie podnoszenia karabinka do góry przednia i/lub tylna podpora nie może się podnosić razem z karabinkiem (nie dotyczy bipodów i monopodów). Karabin musi przesuwać się do przodu i do tyłu, nie może być unieruchomiony w podporach. Bipod i monopod na stałe przymocowany do karabinka musi swobodnie przesuwać się do przodu i do tyłu po powierzchni blatu stołu. Przednia i tylna podpora w żaden sposób nie może blokować swobodnego ruchu karabinka do tyłu po strzale oraz jego przesunięcia do przodu na pozycję wyjściową. Obie podpory muszą przesuwać się niezależnie od siebie i nie mogą być ze sobą połączone. Żaden z elementów wyposażenia zawodnika nie może być na stałe przymocowany do stołu. Taśmy ślizgowe/anty ślizgowe na workach z piaskiem są dozwolone.

4.2.8. Postawa strzelecka.

Strzelec powinien siedzieć swobodnie na stołku, opierając obie ręce na stole. Dopuszcza się układanie pod przedramionami worków z piaskiem. Na stole nie może być nic oprócz broni z osprzętem, wydzielonej amunicji i czasomierza.

Telefony komórkowe zawodników muszą być wyłączone.

Podczas trwania rozgrywki zawodnicy niebiorący w niej udział nie mogą zajmować wolnych stanowisk oraz przebywać w bliskiej odległości lub pośród strzelających zawodników.

W przypadkach nie uregulowanych w regulaminie zastosowanie mają przepisy PZSS.

Sędzia główny zawodów ma głos decydujący w sytuacjach spornych.

4.3. Konkurencja nr 3 strzelanie z karabinu centralnego zapłonu 300m.

Strzelanie z karabinu centralnego zapłonu (repetier oraz semi-auto) kal. do 8 mm z optyką lub na przeziernikach na dystansie 300m do tarczy określonej w regulaminie. Czas wykonania 3 strzałów próbnych - 5 minut. Czas serii ocenianej 10 minut na 9 strzałów.

4.3.1 Arkusz tarczowy składa się z 1 tarcz do strzałów próbnych i 3 tarcz do strzałów ocenianych po 3 strzały do tarczy. Zawodnik oddaje trzy strzały do każdej tarczy. Sumowane będą wszystkie punkty z tarcz ocenianych

z jednego arkusza tarczowego zawodnika. W przypadku uzyskania równej ilości punktów przez kilku zawodników, o kolejności zajętych miejsc decydować będzie ilość 10-tek wewnętrznych następnie dziesiątek zwykłych, dziewiątek, ósemek itd.

W przypadku więcej niż jednej przestrzeliny w polu punktowym tarczy ocenianej liczona będzie przestrzelina o mniejszej wartości.

Punkty z zawodów z poszczególnych tur będą sumowane w całość tworząc klasyfikację generalną zawodów.

Tarcza do pobrania ze strony:

4.3.2. Specyfikacja broni karabinu centralnego zapłonu (repetier oraz semi-auto) kal. do 8 mm.

Karabinek musi mieć manualnie i mechanicznie obsługiwany mechanizm zapłonu. Wszelkie modyfikacje karabinka są dozwolone oraz można używać dowolnych celowników. Osady fabryczne lub wykonane na zamówienie, dociążenia lufy, stroiki, separatory i kompensatory są dozwolone.

Systemy karabinka umieszczone na szynach i w tzw. "restach" są zabronione.

Elektroniczny bezpiecznik i przeładowanie są zabronione.



Legionowskie Towarzystwo Sportowe Fundacja Wspierania Strzelectwa LTS Legionowo



Waga kompletnego karabinka wraz z lunetą, wszelkim osprzętem i bipodem (jeśli jest trwale przymocowany do łoża) nie może przekraczać 8kg.

4.3.3. Zawodnik na stanowisku może posiadać tylko wyliczoną ilość amunicji = 19 sztuk.

4.3.4. Używanie ekwipunku/wyposażenia elektronicznego w jakiegokolwiek formie jest zakazane z wyjątkiem elektronicznego czasomierza (stoper, timer, minutnik, itp).

4.3.5. Podpora przednia.

Przednia podpora lub worek z piaskiem nie ma ograniczeń dotyczących wagi, użytego materiału oraz stylu, w jakim została wykonana ale nie może być przyczepiona na stałe do stołu i do łoża broni.

Bipod na stałe przymocowany do osady musi swobodnie przesuwać się po stole do przodu, do tyłu oraz do góry (niedozwolone są ostro zakończone końce nóżek, maty, podkładki, blokady itp).

Zabronione są tzw. „resty” typu „imadło” czy „suport”.

Dopuszczalny jest bipod posiadający mechanizm umożliwiający korekty w pionie i poziomie w tym mechanizm śrubowy umożliwiający podnoszenie i opuszczanie łoża.

4.3.6. Podpora tylna.

Może być workiem lub serią worków wypełnionych piaskiem ale nie może być przyczepiona na stałe do stołu i do kolby broni. Tylne podpora może posiadać wsparcie pionowe [uszy] jednak nie może w tym wypadku umożliwiać regulacji góra/dół. Wsparcie pionowe nie może zawierać wypustków/insertów umożliwiających stałe przymocowanie podpory do blatu stołu lub worka z piaskiem.

Dopuszcza się stosowanie, jako tylnej podpory, monopodów na stałe zamocowanych do kolby posiadających regulację góra-dół.

4.3.7. Unieruchomienie karabinka.

W momencie podnoszenia karabinka do góry przednia i/lub tylna podpora nie może się podnosić razem z karabinkiem (nie dotyczy bipodów i monopodów). Karabin musi przesuwać się do przodu i do tyłu, nie może być unieruchomiony w podporach. Bipod i monopod na stałe przymocowany do karabinka musi swobodnie przesuwać się do przodu i do tyłu po powierzchni blatu stołu. Przednia i tylna podpora w żaden sposób nie może blokować swobodnego ruchu karabinka do tyłu po strzale oraz jego przesunięcia do przodu na pozycję wyjściową. Obie podpory muszą przesuwać się niezależnie od siebie i nie mogą być ze sobą połączone. Żaden z elementów wyposażenia zawodnika nie może być na stałe przymocowany do stołu. Taśmy ślizgowe/anty ślizgowe na workach z piaskiem są dozwolone.

4.3.8. Postawa strzelecka.

Strzelec powinien siedzieć swobodnie na stołku, opierając obie ręce na stole. Dopuszcza się układanie pod przedramionami worków z piaskiem. Na stole nie może być nic oprócz broni z osprzętem, wydzielonej amunicji i czasomierza.

Telefony komórkowe zawodników muszą być wyłączone.

Podczas trwania rozgrywki zawodnicy niebiorący w niej udział nie mogą zajmować wolnych stanowisk oraz przebywać w bliskiej odległości lub pośród strzelających zawodników.

W przypadkach nie uregulowanych w regulaminie zastosowanie mają przepisy PZSS.

Sędzia główny zawodów ma głos decydujący w sytuacjach spornych.

4.3.9 Konkurencja jest rozgrywana poza klasyfikacją generalną.



Legionowskie Towarzystwo Sportowe Fundacja Wspierania Strzelectwa LTS Legionowo



5.Klasyfikacja:

- Indywidualna – wg sumy punktów.
- Drużynowa – wg sumy punktów

6.Zgłoszenia drużyn

- Drużna składa się maksymalnie z 3 zawodników biorących udział w zawodach.
- Skład drużyny nie ulega zmianie po jej utworzeniu. Niemożliwe będzie wprowadzanie zmian składu drużyny w kolejnych edycjach zawodów.
- Klasyfikacja drużyny punktowana jest od edycji zawodów w której drużyna została utworzona.
- Opłata startowa za zgłoszenie drużyny wynosi 50 zł za każdą edycję zawodów.

7.Broń i amunicja:

- zawodnicy strzelają z własnej broni i amunicji,
- istnieje możliwość skorzystania z broni i amunicji klubowej za dodatkową opłatą.

8.Uczestnictwo i opłaty:

Konkurencje	Opłata za konkurencję, broń własna – płatność przelewem	Opłata za konkurencję, broń własna - płatność w biurze zawodów (gotówka)	Opłata za konkurencję, broń i amunicja klubowa płatność przelewem	Opłata za konkurencję, broń i amunicja klubowa w biurze zawodów (gotówką)
KBZ	60 zł	70 zł	110 zł	130 zł
KCZ 100	60 zł	70 zł	170 zł	190 zł
KCZ 300	60 zł	70 zł	170 zł	1 90zł

9.Nagrody i wyróżnienia:

- klasyfikacja indywidualna w dniu zawodów - miejsca I - III: medale, dyplomy - w każdej z konkurencji,
- klasyfikacja generalna indywidualna konkurencji - po przeprowadzeniu 4 edycji zawodów - suma 3 najlepszych wyników konkurencji:
 - I - III: dyplomy, nagrody rzeczowe,
 - IV - VI: dyplomy, upominki.
- klasyfikacja generalna drużynowa w bieżącej edycji zawodów - suma punktów ze wszystkich konkurencji zdobytych przez członków drużyny - za miejsca I - III: medale, dyplomy,
- klasyfikacja generalna drużynowa zawodów – suma punktów ze wszystkich edycji – po przeprowadzaniu cyklu zawodów przewidzianych na 2025 rok – do klasyfikacji brane są 3 najlepsze wyniki z 4 edycji:
 - za miejsca I - III: puchary, medale, dyplomy,
 - za miejsca IV - VI dyplomy, upominki.



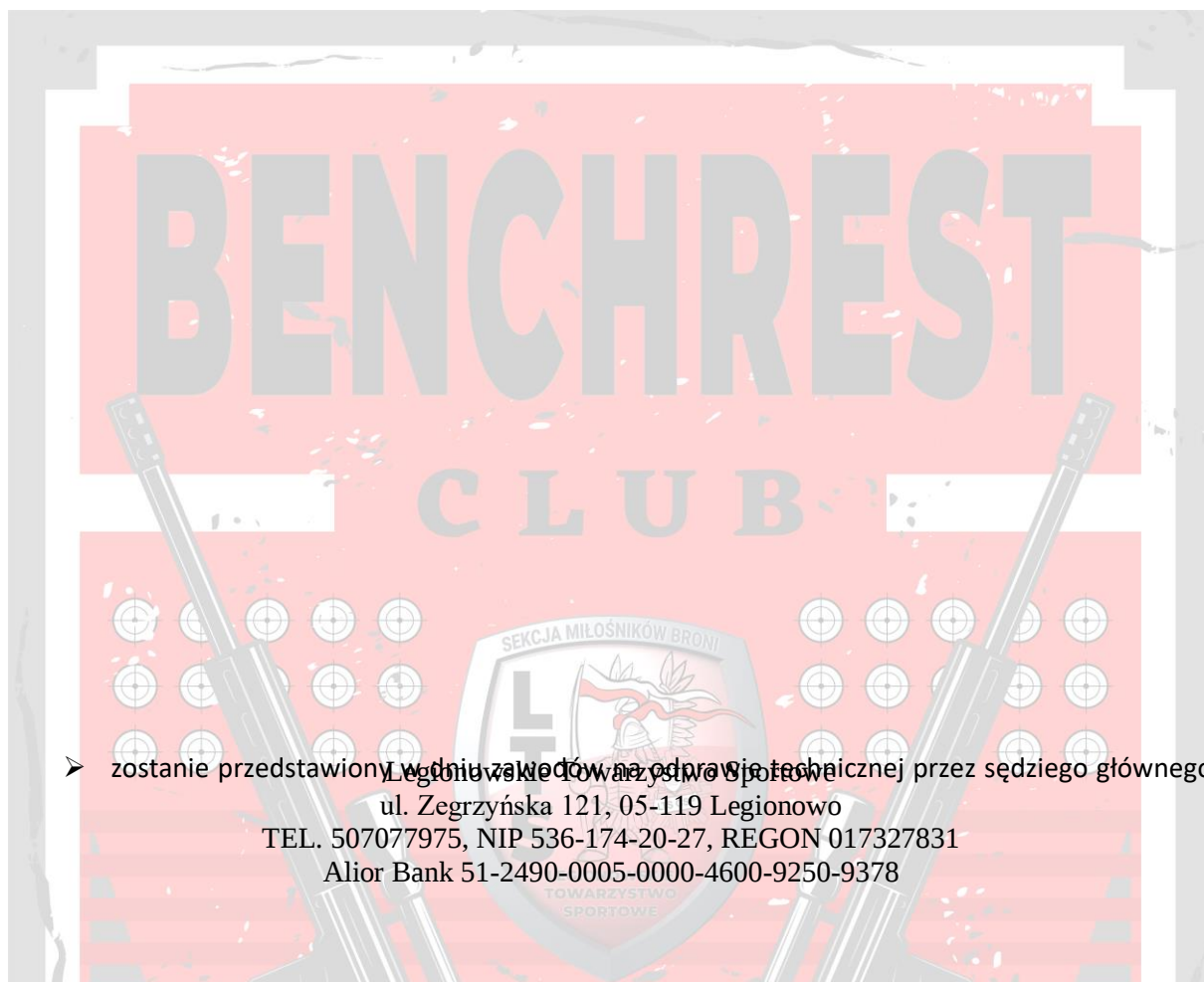
Legionowskiego Towarzystwa Sportowego
Sekcja Miłośników Oręża i Fortyfikacji Polskich



10. Organizacja i przebieg zawodów: Towarzystwo Sportowe
ul. Zegrzyńska 121, 05-119 Legionowo
TEL. 507077975, NIP 536-174-20-27, REGON 017327831
Alior Bank 51-2490-0005-0000-4600-9250-9378



Legionowskiego Towarzystwa Sportowego
Seksja Miłośników Oręża i Fortyfikacji Polskich



- zostanie przedstawiony w dniu zakładu na odprawie technicznej przez sędziego głównego
- Legionowski Towarzystwo Sportowe
ul. Zegrzyńska 121, 05-119 Legionowo
TEL. 507077975, NIP 536-174-20-27, REGON 017327831
Alior Bank 51-2490-0005-0000-4600-9250-9378



Legionowskiego Towarzystwa Sportowego
Seksja Miłośników Oręża i Fortyfikacji Polskich

BENCHREST
CLUB

zawodów,

Legionowskie Towarzystwo Sportowe
ul. Zegrzyńska 121, 05-119 Legionowo
TEL. 507077975, NIP 536-174-20-27, REGON 017327831
Alior Bank 51-2490-0005-0000-4600-9250-9378



Legionowskiego Towarzystwa Sportowego
Sekcja Miłośników Oręża i Fortyfikacji Polskich



➤ w zawodach mogą brać udział osoby nie prowadzące zawodów.

Legionowski Towarzystwo Sportowe
ul. Zegrzyńska 121, 05-119 Legionowo

TEL. 507077975, NIP 536-174-20-27, REGON 017327831

Alior Bank 51-2490-0005-0000-4600-9250-9378



Legionowskiego Towarzystwa Sportowego
Sekcja Miłośników Oręża i Fortyfikacji Polskich



Legionowskie Towarzystwo Sportowe
ul. Zegrzyńska 121, 05-119 Legionowo
TEL. 507077975, NIP 536-174-20-27, REGON 017327831
Alior Bank 51-2490-0005-0000-4600-9250-9378



Legionowskiego Towarzystwa Sportowego
Seksja Miłośników Oręża i Fortyfikacji Polskich



11.Funkcyjni zawodów: Legionowskie Towarzystwo Sportowe
ul. Zegrzyńska 121, 05-119 Legionowo
TEL. 507077975, NIP 536-174-20-27, REGON 017327831
Alior Bank 51-2490-0005-0000-4600-9250-9378



Legionowskiego Towarzystwa Sportowego
Seksja Miłośników Oręża i Fortyfikacji Polskich



- Sędzia główny zawodów Legionowskie Towarzystwo Sportowe
ul. Zegrzyńska 121, 05-119 Legionowo
TEL. 507077975, NIP 536-174-20-27, REGON 017327831
Alior Bank 51-2490-0005-0000-4600-9250-9378



Legionowskiego Towarzystwa Sportowego
Seksja Miłośników Oręża i Fortyfikacji Polskich



- Sędziowie stanowiskowi Legionowskie Towarzystwo Sportowe
ul. Zegrzyńska 121, 05-119 Legionowo
TEL. 507077975, NIP 536-174-20-27, REGON 017327831
Alior Bank 51-2490-0005-0000-4600-9250-9378



Legionowskiego Towarzystwa Sportowego
Seksja Miłośników Oręża i Fortyfikacji Polskich



- Sędziowie techniczni. Legionowskie Towarzystwo Sportowe
ul. Zegrzyńska 121, 05-119 Legionowo
TEL. 507077975, NIP 536-174-20-27, REGON 017327831
Alior Bank 51-2490-0005-0000-4600-9250-9378