



POLSKI ZWIĄZEK  
LEKKIEJ ATLETYKI



## REGULAMIN

### MISTRZOSTW ŚWIĘTOKRZYSKIEGO ZWIĄZKU LEKKIEJ ATLETYKI I ŚWIĘTOKRZYSKIEGO ZRZESZENIA LZS JUNIORÓW I JUNIORÓW MŁODSZYCH

**KIELCE 19 05 2018.**

CEL. Popularyzacja LA .

1. Organizator; Świętokrzyski Związek LA , Świętokrzyskie Zrzeszenie LZS
2. Termin i miejsce ; **19 05 18** stadion MOSiR Kielce ul L. Drogosza 1
3. Program ; **godz 13 młot i tyczka .Pozostałe konkurencje godz 15.00**

**K** 100 m,200m,400 m,800 m, 1500 m ,100pł 4x100m, wzwyż ,  
w dal, kula, oszczep , dysk , młot  
**M** 100 m,200m,400m,800m,1500m ,110pł,4x100m ,wzwyż ,  
w dal ,kula, dysk , oszczep , młot

4. Warunki uczestnictwa ; Prawo startu mają zawodnicy juniorzy młodsi urodzeni w latach U20  
U 18 ,U16- posiadający aktualne badania lekarskie.

**Warunkiem dopuszczenia do zawodów są ważne badania lekarskie.**

**UWAGA !!! Zawodnicy mają prawo startu w dwóch konkurencjach indywidualnych i w sztafecie 600 m i dłuższe dodatkowo tylko w sztafecie .**

5. Zgłoszenia;

**System Domtel do dnia 17 05 2018 do godz 18.00**

**Ostateczna weryfikacja w dniu zawodów do godz 13.00 po godz 13 zmiana nr startowych lub dopisanie i skreślenie zawodnika opłata 10 zł . Można też dokonać weryfikacji telefonicznie do godz jak wyżej 501 550 846.**

6. Koszty organizacji ; Pokrywa ŚZLA i ŚZ LZS , koszty uczestnictwa kluby .

Opłata startowa kluby ŚZLA .... z poza województwa – 8 zł od konkurencji.

7. Nagrody. Miejsca I- III medale **pod warunkiem że w konkurencji wystartuje i ukończy min 3 zawodników [Konk .Jun mł dotycząca sprzętu – oddzielna dekoracja . Pozostali open .**

8. Ubezpieczenie. Zgodnie z Ustawą o sporcie artykuł 38 z dnia 25 06 2010 obowiązek ubezpieczenia zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków spoczywa na klubach , którego zawodnik jest członkiem.

9. Interpretacja regulaminu należy do organizatora.

**Program Minutowy [projekt] 19 05 2018**

13,00	młot K/M	tyczka K/M
14,00	dysk K	
15,00 - 100pł	wzwyż K/M	dysk M
15,15 – 110pł		kula K
15,25 - 100m		
15,35 - 100m		
14,45 - 400K		
15,00- 400M		
15,10 800 K	w dal K	
15,20 800M		
15,30		kula - M
15,35- 1500 K		
15,45- 1500 M		
15,55 - 200 K	w dal M	
16,05 - 200M		
16,20 - 300 mł K		
16,30 - 300 mł M		oszczep K/M
16,45- 600 m mł K		
16,55 600m mł M		
17,05 - 1000 m mł M		
17,10- 1000m mł K		
17,25 - 4x100 K		
17,35- 4x100 M		
Zbiórka na bramce konkurencje biegowe – 15 min techniczne 20 min		
Uwaga program może ulec zmianie w zależności od ilości zgłoszeń		
DEKORACJA 15 MINUT PO ZAKOŃCZENIU KONKURENCJI		

