



100 POLSKIEGO ZWIĄZKU  
LAT LEKKIEJ ATLETYKI

www.pzla.pl



www.pknorlen.pl

Wydarzenie dofinansowane ze środków Polskiego Związku Lekkiej Atletyki oraz PKN Orlen



## REGULAMIN

### ŚWIETOKRZYSKA LEKKOATLECZNA SZTAFETA POKOLEŃ NA 100 LECIE POLSKIEGO ZWIĄZKU LEKKIEJ ATLETYKI

**KIELCE 28 09 2019.**

#### **CEL. Popularyzacja LA.**

1. Organizator; Świątokrzyski Związek LA, KKL Kielce  
Patronat PZLA.
2. Termin i miejsce ; **28 09 2019.** stadion MOSiR Kielce ul L. Drogosza 1
3. Program ; **godz 11.00**

**K i M** 60m , 100 m , 300m , 5000m, 4x100, 4x100m mieszana ,szwedzka rodzinna ,  
4x400m mieszana , skok w dal, pchnięcie kula, rzut dyskiem

4. Warunki uczestnictwa: W zawodach mogą startować zawodnicy od 6 roku do powiedzmy 100. lat.  
STREFA SPORT DZIECI - zabawy lekkoatletyczne - tor przeszkód, sztafety wahadłowe,  
rzuty „młotem” , „ oszczepem” , „kulą” , bieg przez płotki.

Pozostali w/g konkurencji z podziałem na kategorie wiekowe.

**Dzieci mogą startować za zgodą podpisaną przez rodzica lub opiekuna.**

**Pozostali aktualne badanie lekarskie ,szkolne lub zgoda jak wyżej.**

**OBOWIĄZEK STARTU ZAWODNIKÓW LDK !!!!**

5. Zgłoszenia;

**System Domtel do dnia 27 09 2019 do godz 12:00 , lub email wieslaw.r@onet.pl  
lub w dniu zawodów do godziny 10:30.**

**UWAGA! Prosimy o przygotowanie karteczek startowych ( wzór w załączeniu)**

**W biegu na 5000m obowiązują nr startowe**

6. Koszty organizacji ; Pokrywa ŚZLA , z dofinansowania ze środków PZLA oraz PKN Orlen.

7. Nagrody: Zawodnicy miejsca I – III okolicznościowe medale w poszczególnych kategoriach wieku  
Dzieci 6- 7, 8-9, 10-11,12 -13, młodzicy, j.mł , jun ,sen U-20, U-30 , U-40, U-50 itd

9. Interpretacja regulaminu należy do organizatora.