

## Regulamin

# Mistrzostw Krajowego Zrzeszenia LZS w lekkiej atletyce Słubice, dnia 12-14 czerwca 2015r

### 1. Cel:

- wyłonienie Mistrzów Krajowego Zrzeszenia na 2015 rok;
- popularyzacja lekkiej atletyki wśród dzieci i młodzieży środowiska wiejskiego;
- podnoszenie poziomu wyszkolenia sportowego zawodników;

### 2. Termin i miejsce:

- 12 – 14 czerwiec 2015r / piątek , sobota, niedziela /;
- stadion olimpijski Słubickiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Słubicach, ul. Sportowa 1, 69 – 100 Słubice;

### 3. Organizator:

- Krajowe Zrzeszeni Ludowe Zespoły Sportowe w Warszawie;

### 4. Bezpośredni i Organizator:

- Lubuskie Zrzeszenie LZS w Gorzowie Wlkp.

### 5. Współorganizatorzy:

- Ministerstwo Sportu i Turystyki ;
- Marszałek Województwa Lubuskiego;
- Wojewoda Lubuski;
- Starosta Słubicki;
- Burmistrz Słubic;
- Ludowy Klub Sportowy LUBUSZ Słubice;
- Lubuskiego Związku Lekkiej Atletyki w Zielonej Górze;
- SOSiR Słubice – gospodarz olimpijskiej bazy sportowej Gminy Słubice,

### 6. Program zawodów:

#### KOBIETY

- Juniorki młodsze rocznik – ( 1998 -1999 - 17 – 16 lat ) :
  - 100, 200, 400, 800, 1500, 1000pł., 4000pł., chód 5km, 2000prz., w dal, wżwyż, trójskok, kula , dysk, oszczep, młot, 4 x 100 ( sztafeta klubowa ) ;
- Juniorki rocznik – (1996 –1997 - 19 – 18 lat ) :
  - 100, 200, 400, 800, 1500, 1000pł., 4000pł., chód 10km, 2000 prz., w dal, wżwyż, trójskok, kula dysk, oszczep, młot, 4 x 100 ( sztafeta klubowa ) ,
- Kategoria młodzieżowa rocznik ( 1995 – 1994- 1993 - 22 – 20 lat ) :
  - 100, 200, 400, 800, 1500, 1000pł., 4000pł., 3000 prze., w dal, wżwyż, trójskok, kula, dysk, oszczep, młot,

- OPEN ( w kategoriach j / w ):
  - 3000, tyczka, 4 x 400 ( sztafety klubowe );

### MĘŻCZYŹNI

- juniorzy młodsi rocznik (1998 – 1999 ):
  - 100, 200, 400, 800, 1500, 3000, 1100pł., 4000pł., 2000 prz., chód 10km, w dal, wzwyż, trójskok, kula, dysk, oszczep, młot, 4 x 100 ( sztafeta klubowa );
- juniorzy rocznik (1996 – 1997 ) :
  - 100, 200, 400, 800, 1500, 3000, 1100pł., 4000pł., 3000prz., chód 10km, w dal, wzwyż, trójskok, kula, dysk, oszczep, młot, 4 x 100 ( sztafeta klubowa );
- Kategoria młodzieżowa rocznik ( 1995 -1994 -1993):
  - 100, 200, 400, 800, 1500, 3000, 1100pł., 4000pł., 3000prz., w dal, wzwyż, trójskok, kula, dysk, oszczep, młot ;
- OPEN ( w kategoriach j / w ):
  - 5000, tyczka, 4 x 400 ( sztafeta klubowa )

**Uwaga : zawodniczki / zawodnicy grupy młodszej mogą startować w grupie starszej w konkurencjach oznaczonych zapisem „OPEN”. W pozostałych konkurencjach zgodnie z programem zawodów.**

### 7. Uczestnictwo:

- W Mistrzostwach Krajowego Zrzeszenia LZS startują zawodniczki i zawodnicy urodzeni w latach:
  - 1993 – 1995 ( kategoria młodzieżowa )
  - 1996 – 1997 ( kategoria junior K i M )
  - 1998 – 1999 ( kategoria junior młodszy K i M )
- Prawo startu mają;
  - zawodnicy członkowie LZS, posiadający aktualne badania lekarskie, legitymację LZS z aktualnie opłaconymi składkami, licencję zawodniczą PZLA, a klub licencję klubową PZLA;
  - organizator nie przewiduje startu PK,
  - w sztafetach 4 x 100, 4 x 400 mogą startować zawodnicy tylko z danego klubu;

### 8. Sposób przeprowadzenia zawodów:

- w biegach na 100, 1000pł., 1100pł., rozegrane zostaną eliminacje i finały,
- w pozostałych biegach od razu finały lub serie na czas, kolejność biegów w seriach jest losowana, a zawodnicy z jednego klubu będą w miarę możliwości rozstawieni w różnych biegach eliminacyjnych,
- zawodnicy mają prawo startu w dwóch konkurencjach indywidualnych i 1 sztafecie lub w 1 konkurencji indywidualnej i w 2 sztafetach z tym, że nie może startować w ciągu jednego dnia w dwóch konkurencjach powyżej 400m.
- start w biegu na 800m lub dłuższym wyklucza, w danym dniu, udział w innej konkurencji z wyjątkiem jednej sztafety,

- w konkurencjach technicznych, do których zgłoszono i stanie na starcie 17 lub więcej zawodników zostaną rozegrane eliminacje,
- w konkurencjach technicznych do szerokiego finału kwalifikuje się 12 najlepszych zawodników, a po trzech próbach do finału ścisłego awansuje 8 zawodników,
- odległość belki od piaskownicy w trójskoku: kobiet 9/11m, mężczyzn 11/13m
- w przypadku niezwyfikowania zawodników na dwie godziny przed danym startem w których rozgrywane są eliminacje, delegat techniczny skreśla tych zawodników z listy startowej we wszystkich zgłoszonych konkurencjach.
- Warunkiem rozegrania danej konkurencji jest zweryfikowanie i zgłoszenie się na starcie min. 4 zawodniczek/ zawodników, trzech sztafet.
- jeżeli w danej konkurencji i grupie wiekowej nie zgłosi się 4 zawodników, trzech sztafet to konkurencja ta może być rozegrana jako OPEN.

#### 9. Punktacja:

- punktuje się 8 miejsc według zasady : I m – 9 pkt., II m – 7 pkt., III m – 6 pkt., IV m – 5 pkt., V m – 4 pkt., VI m – 3 pkt., VII m – 2 pkt., VIII m – 1 pkt.,

**Uwaga: punkty uzyskane przez zawodników będą zaliczane do klasyfikacji zespołowej mistrzostw Zrzeszenia LZS za 2015r..**

#### 10. Nagrody:

- zawodnicy, którzy zajmą miejsca I – III w każdej konkurencji otrzymają medale oraz upominki,
- zawodniczki i zawodnicy za miejsca I – V w danej kategorii wiekowej / K i M łącznie / otrzymają puchary / wg tabel wielobojowych /,
- kluby i województwa w łącznej punktacji za miejsca od I – III otrzymają puchary,

#### 11. Zasady finansowania:

- koszty organizacyjne zawodów ponosi organizator a koszty osobowe uczestniczące kluby / WZ LZS;
- Krajowe Zrzeszenie LZS zgodnie z decyzją Prezydium KZ LZS dofinansowuje koszty wyżywienia 20 zł. dziennie dla zawodników biorących udział w Mistrzostwach

#### 12. Zgłoszenia:

- zamówienie na noclegi i wyżywienie należy składać do współorganizatora – LKS LUBUSZ Słubice do dnia 02.06.2015r wg wzoru zgodnie z komunikatem organizacyjnym Mistrzostw;
- zgłoszenie imienne : obowiązuje wyłącznie system zgłoszeń elektronicznych, który wraz z instrukcją zamieszczony jest pod adresem : <http://www.domtel-sport.pl/zgloszenia/>. System zgłoszeń otwarty jest od dnia 25 maja 2015r do godz. 20,00 w dniu 09.06.2015r;



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki

Mistrzostwa Krajowego Zrzeszenia LZS  
w Lekkiej Atletyce - Słubice 2015



### 13. Weryfikacja zawodników:

- podczas weryfikacji należy przedstawić aktualne badania lekarskie zawodników, aktualną licencję zawodniczą i klubową oraz legitymację LZS z aktualnie opłaconymi składkami na rok 2015;

Krajowe Zrzeszenie  
Ludowe Zespoły Sportowe

Warszawa, dnia 13.03.2015r

# Projekt podziału konkurencji M KZ LZS w LA

## Słubice 12 – 14.06.2015r

### 1. I. dzień : 12.06.2015r

- przyjazd i zakwaterowanie ekip, pobranie skierowań , kart żywieniowych, weryfikacja zgłoszeń – do godz. 18,00 – świetlica Hotelu „SPORTOWY” SOSIR Słubice, ul. Sportowa 1, 69 – 100 Słubice;
- odprawa techniczna kierowników ekip – godz. 20,00 Klub „Olimpijczyka” SOSIR Słubice, budynek główny;

### 2. II. dzień : 13.06.2015r – I sesja startowa / sobota /

- 8,00 – chód 5km i 10km K i M;
- 10,00 – 110ppł M; 100ppł K; 100 K el; 100M el; w dal K; tyczka K; młot K;
- 11,00 – 110ppł M F; 100ppł K F; 100K F, 100M F; wzwyż M; młot M;

### 3. II. dzień : 13.06.2015r – II sesja startowa / sobota /

- 15,00 – uroczyste otwarcie Mistrzostw – stadion główny SOSIR / trybuna prosta /;
- 15,30 – 400K i M; 1500 K i M; 2000prz K, 3000prz K, 2000prz M; 3000prz M; 5000 M; 4 x 100 K i M; w dal M; tyczka M; wzwyż K; dysk K i M;

### 4. III dzień : 14.06.2015r – III sesja startowa / niedziela /

- 9,30 – 400ppł K i M; 200 K i M; 800 K i M; 3000 K i M; trójskok K i M; oszczep K i M; kula K i M; 4 x 400 K i M

Organizator / - /