

REGULAMIN

POWIATOWYCH IGRZYSK MŁODZIEŻY SZKOLNEJ W SZKOLNEJ DRUŻYNOWEJ LIDZE LA



- ORGANIZATOR** ZPO - Międzyszkolny Ośrodek Sportowy Powiatu Limanowskiego,
Powiatowy Szkolny Związek Sportowy w Limanowej
- CEL IMPREZY** Popularyzacja LA wśród młodzieży szkolnej oraz wyłonienie
najlepszych zawodników i drużyn w powiecie
- TERMIN I MIEJSCE** **28 MAJA 2019r godz.10.⁰⁰ STADION KS "TURBACZ"**
w Mszanie Dolnej

SPOSÓB PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW

- GODZ. 9.00** PRZYJAZD EKIP, WERYFIKACJA I WYDAWANIE NR STARTOWYCH
- GODZ. 10.00** **OTWARCIE ZAWODÓW**
- GODZ. 10.10** **ROZPOCZĘCIE KONKURENCJI**

DZIEWCZETA ur. 2003/2004/2005

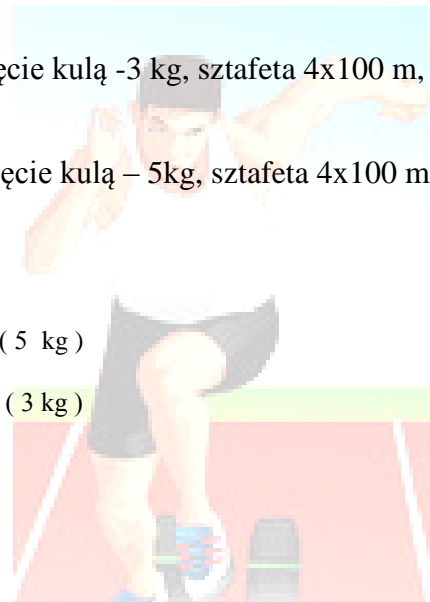
100 m, 300 m, 600 m, 1000m skok w dal, pchnięcie kulą -3 kg, sztafeta 4x100 m,

CHŁOPCY ur. 2003/2004/2005

100 m, 300 m, 600m, 1000 m, skok w dal, pchnięcie kulą – 5kg, sztafeta 4x100 m,

PROGRAM MINUTOWY

- 10¹⁵ - bieg na dyst. 4 x 100m – dziewcząt
10³⁰ – bieg na dyst. 4 x 100m – chłopców
10³⁰ – skok w dal dziewcząt, pchnięcie kulą chłopców (5 kg)
10⁴⁵ – bieg na dyst. 100m dziewcząt
11⁰⁰ – skok w dal chłopców , pchnięcie kulą dziewcząt (3 kg)
11²⁰ – bieg na dyst. 100m chłopców
11³⁰ – bieg na dyst. 300m – dziewcząt
11⁴⁰ – bieg na dyst. 300m – chłopców
12⁰⁰ – bieg na dyst. 600m – dziewcząt
bieg na dyst. 600m -chłopców
12³⁰ – bieg na dyst. 1000m – dziewcząt
bieg na dyst. 1000m – chłopców
13²⁰ – Zakończenie zawodów



UCZESTNICTWO . Reprezentacja szkoły może wystawić 16 zawodników /czek ,
**jeden zawodnik może brać udział w 1 konkurencji i w sztafecie (bez prawa startu w
sztafecie zawodników biorących udział w biegach na 600 m i 1000m).**

Zespół musi wystawić co najmniej po dwóch zawodników w bloku:

- **Biegi krótkie 100m, 300**
 - **Biegi średnie 600m,1000m**
 - **Skoki**
 - **Rzuty**
- Lecz nie więcej niż 3 zawodników w 1 konkurencji**



ZGŁOSZENIA : Z DOKŁADNYM IMIENNYM WYKAZEM ZAWODNIKÓW do danej KONKURENCJI
(konkurencje wpisujemy w polu „informacje dodatkowe” w opcji dodawanie uczestnika)

poprzez **System Rejestracji Szkół do dnia 26.05.2019 r** a wygenerowany druk

zgłoszenia z systemu potwierdzony przez dyrekcję szkoły w dniu zawodów

PO TYM TERMINIE ZGŁOSZENIE NIE BĘDĄ PRZYJMOWANE!!

**POSTANOWIENIA
KOŃCOWE**

**ZAWODY ZOSTANĄ PRZEPROWADZONE ZGODNIE Z REGULAMINEM
Małopolskiego SZS Kraków**



Limanowa, 2019-05-06

ORGANIZATOR

