

REGULAMIN

POWIATOWYCH IGRZYSK MŁODZIEŻY SZKOLNEJ W INDYWIDUALNEJ LIDZE LA



- 1.ORGANIZATOR - **ZPO - Międzyszkolny Ośrodek Sportowy Powiatu Limanowskiego,** Powiatowy SZS w Limanowej, KS „Turbacz” Mszana Dolna.
2. CEL IMPREZY - Popularyzacja LA wśród młodzieży szkolnej oraz wyłonienie najlepszych zawodników w powiecie limanowskim na zawody wojewódzkie.
- 3.TERMIN I MIEJSCE – **28.09.2018r godz. 9.³⁰ Stadion KS ”Turbacz” Mszana D.**

Program zawodów:

GODZ. 9.³⁰ - 9⁵⁰ PRZYJAZD EKIP, WERYFIKACJA I WYDAWANIE NR STARTOWYCH
GODZ. 10⁰⁰ ROZPOCZĘCIE ZAWODÓW

Rozgrywane konkurencje: **DZIEWCZETA ur. 2003/2004/2005**
100 m, 300 m, 600 m, skok w dal, pchnięcie kulą -3 kg, sztafeta 4x100 m,
CHŁOPCY ur. 2003/2004/2005
100 m, 300 m, 1000 m, skok w dal, pchnięcie kulą – 5kg, sztafeta 4x100 m,

- Każdy zawodnik może startować maksymalnie w 2 konkurencjach indywidualnych i sztafecie
- Start w biegu długim (600m lub 1000m) wyklucza udział w innej konkurencji

4. 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 – bieg na dyst. 100m chłopców
11²⁰ – bieg na dyst. 300m – dziewcząt
11³⁰ – skok w dal chłopców , pchnięcie kulą dziewcząt (3 kg)
11⁴⁰ – bieg na dyst. 300m – chłopców
12⁰⁰ – bieg na dyst. 600m – dziewcząt,
12³⁰ – bieg na dyst. 1000m – chłopców



13⁰⁰ - uroczyste zakończenie zawodów, nagrodzenie zwycięzców

5. 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 26.09. 2018r** a wygenerowany druk zgłoszenia z systemu potwierdzony przez dyrekcję szkoły w dniu zawodów.

PO TYM TERMINIE ZGŁOSZENIA NIE BĘDĄ PRZYJMOWANE!!- (System zostaje zablokowany)

6. POSTANOWIENIA KOŃCOWE - ZAWODY ZOSTANĄ PRZEPROWADZONE ZGODNIE Z REGULAMINEM ZAWODÓW I REG. Małopolskiego SZS Kraków .

Limanowa, 2018-09-06



ORGANIZATOR