

# REGULAMIN

## POWIATOWYCH IGRZYSK MŁODZIEŻY SZKOLNEJ W SZKOLNEJ DRUŻYNOWEJ LIDZE LA oraz **FESTIWAL SZTAFET**



**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** **24 MAJA 2024r godz.10.<sup>00</sup> 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. 2009/2010

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

#### CHŁOPCY ur. 2009/2010

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

### PROGRAM MINUTOWY

- 10<sup>15</sup> - bieg na dyst. 4 x 100m – dziewcząt
- 10<sup>30</sup> – bieg na dyst. 4 x 100m – chłopców
- 10.45 - sztafeta olimpijska(100+200+400+800m) dziewcząt
- 11.00 - Sztafeta olimpijska(100+200+400+800m) chłopców

*W festiwalu sztafet - Zawodnik może brać udział max 2 sztafetach, przy czym start w biegu na 400m i dłuższym wyklucza udział w innym biegu w sztafetowym.*

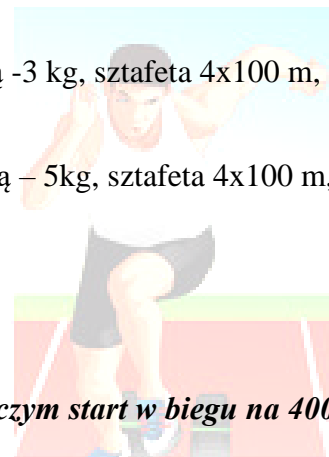
- 10<sup>30</sup> – skok w dal dziewcząt, pchnięcie kulą chłopców ( 5 kg )
- 11<sup>15</sup> – bieg na dyst. 100m dziewcząt
- 11<sup>00</sup> – skok w dal chłopców , pchnięcie kulą dziewcząt ( 3 kg )
- 11<sup>30</sup> – bieg na dyst. 100m chłopców
- 11<sup>45</sup> – bieg na dyst. 300m – dziewcząt
- 12<sup>00</sup> – bieg na dyst. 300m – chłopców
- 12<sup>15</sup> – bieg na dyst. 600m – dziewcząt  
bieg na dyst. 600m -chłopców
- 12<sup>30</sup> – bieg na dyst. 1000m – dziewcząt  
bieg na dyst. 1000m – chłopców
- 13<sup>20</sup> – Zakończenie zawodów

**UCZESTNICTWO** . Reprezentacja szkoły może wystawić 16 zawodników /czek ,  
jeden zawodnik może brać udział w 1 konkurencji i w sztafecie 4 x 100m ( 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, 300m**
- **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 22.05. 2024 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, 2024-04-19**

**ORGANIZATOR**

