

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** **26 MAJA 2026r 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. 2011/2012

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

CHŁOPCY ur. 2011/2012

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

PROGRAM MINUTOWY

- 10¹⁵ - sztafeta olimpijska(100+200+400+800m) dziewcząt
10³⁰ - Sztafeta olimpijska(100+200+400+800m) chłopców
10.45 - bieg na dyst. 4 x 100m – dziewcząt
11.00 - bieg na dyst. 4 x 100m – 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.

- 10³⁰ – skok w dal dziewcząt, pchnięcie kulą chłopców (5 kg)
11¹⁵ – bieg na dyst. 100m dziewcząt
11⁰⁰ – skok w dal chłopców , pchnięcie kulą dziewcząt (3 kg)
11³⁰ – bieg na dyst. 100m chłopców
11⁴⁵ – bieg na dyst. 300m – dziewcząt
12⁰⁰ – bieg na dyst. 300m – chłopców
12¹⁵ – 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 **minimum 8, a maksymalnie 12 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”.

poprzez [System Rejestracji Szkół do dnia 24.05.2026 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, 2026-05-12

ORGANIZATOR

