

Komunikat Szkolnej Ligi Lekkoatletycznej szkół ponadpodstawowych

Zawody odbędą się w dniu **4.10.2024** na Stadionie Lekkoatletycznym ul. Czarnoleśna 12 w Nowym Bytomiu . Weryfikacja zawodników godz : 10:30 , rozpoczęcie zawodów godz. 11:00

Regulamin zawodów:

Zespół liczy 8-16 uczniów. Zawodnik może brać udział w jednej konkurencji i w sztafecie. Szkoła może wystawić nie więcej niż 3 zawodników w konkurencji i jedną sztafetę. Biegi przeprowadzane są w seriach na czas, a w konkurencjach technicznych zawodnicy mają po 3 próby.

Punktacja- osiągnięte w bezpośredniej rywalizacji wyniki przelicza się na punkty wg tabel punktowych, dostępnych na stronie Śląskiego SZS: www.slaskiszs.com.pl ,

– na wynik drużyny składa się 12 (lub mniej) najlepszych rezultatów, tj. po 2 najlepsze wyniki z każdego z bloków, oraz 4 najlepsze z pozostałych (w tym, ewentualnie, sztafeta),

– przy równej liczbie punktów o kolejności miejsc decyduje wyższy indywidualny rezultat punktowy najlepszego zawodnika, potem drugiego, trzeciego itd.

Program zawodów :

blok szybkościowy: 100 m, 200 m, 400 m

blok wytrzymałościowy: dziewczęta 800 m, chłopcy 1500 m

blok skocznościowy: skok w dal

blok rzutów: rzut oszczepem, pchnięcie kulą

sztafeta 4×100 m

Parametry sprzętu: Dziewczęta – kula 4 kg, oszczep 600 g.

Chłopcy – kula 6 kg, oszczep 800 g.

Opiekunowie grup proszeni są o przybycie na zawody z listą zgłoszeniową, na której potwierdzony jest brak przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach sportowych, opieczętowanej i podpisanej przez Dyrektora Szkoły. Brak listy skutkuje nie dopuszczeniem do zawodów.

Organizatorzy : Sabina Szajbel (I LO tel. 508471056) Topolski Piotr (ZS nr 5 tel. 51515371)