

## **REGULAMIN SZKOLNA LIGA LEKKOATLETYCZNA**

**TERMIN:** 20.05.2024 , weryfikacja 9:15, rozpoczęcie zawodów 10:00

**MIEJSCE:** Stadion MOSIR Ruda Śląska ul. Czarnoleśna 12

### **Konkurencje K, M:**

blok szybkościowy: 100m, 300m

blok wytrzymałościowy: 600m K, 1000m M

blok skocznościowy: skok w dal, skok wzwyż

blok rzutów: pchnięcie kulą, rzut oszczepem

### **Parametry sprzętu:**

kula K (4kg) M (5 kg)

oszczep K 500g, M 600g

**Weryfikacja** – zgoda rodziców, karta zgłoszeniowa ( załącznik), ważna legitymacja.

W zawodach biorą udział uczniowie z rocznika 2010-2011.

Zespół liczy 8-16 uczniów. Zawodnik może startować w jednej konkurencji i w sztafecie.

Biegi przeprowadzone są w seriach na czas, a w konkurencjach technicznych zawodnicy mają 3 próby. Szkoła może wystawić nie więcej niż 3 zawodników w konkurencji i jedną sztafetę.

Klasyfikacja zespołowa – oddzielna dla dziewcząt i chłopców, na którą składa się suma zdobytych pkt. Na wynik drużyny składa się 12 ( lub mniej) najlepszych rezultatów, tj. po 2 NAJLEPSZE WYNIKI Z KAŻDEGO BLOKU ORAZ 4 NAJLEPSZE Z POZOSTAŁYCH ( W TYM EWENTUALNIE SZTAFETA). Nie ma startów PK.

Zapisy do konkurencji biegowych po ukończonym biegu, a do konkurencji technicznych przed.

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

Kontakt z organizatorem Katarzyna Czyż SP 6 , 784 952 306