



# Lekkoatletyka dla każdego!

## Regulamin

### Ogólnopolskie zawody Lekkoatletyka dla każdego!

18-19 listopada 2017

#### I. Kierownictwo

Polski Związek Lekkiej Atletyki – zespół LDK!

#### II. Organizator

Polski Związek Lekkiej Atletyki

#### III. Sponsorzy i partnerzy zawodów

- Ministerstwo Sportu i Turystyki

#### IV. Cel zawodów

- popularyzacja lekkiej atletyki,
- promowanie atrakcyjnych form rywalizacji,
- zachęcenie rodziców do zainteresowania się prozdrowotną aktywnością dzieci.

#### V. Założenia Sportowe

- dla uczniów szkół podstawowych – rywalizacja indywidualna i drużynowa,
- dla uczniów gimnazjów – rywalizacja indywidualna i drużynowa,

#### VI. Podstawowe założenia organizacyjne:

- Termin 18-19.11.2017
  - 18 listopada: Dolnośląskie, Kujawsko – Pomorskie, Lubuskie, Mazowieckie, Podkarpackie, Podlaskie, Warmińsko – Mazurskie, Wielkopolskie.
  - 19 listopada: Lubelskie, Łódzkie, Małopolskie, Opolskie, Pomorskie, Śląskie, Świętokrzyskie, Zachodniopomorskie.
- Miejsce - Arena Toruń, ul. Gen. J. Bema 73-89, 87-100 Toruń
- Otwarcie – 10.45
- Godzina rozpoczęcia rywalizacji sportowej - 11.00
- Warunki uczestnictwa



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki

Program upowszechniania lekkiej atletyki  
finansowany jest ze środków  
Ministerstwa Sportu i Turystyki.



# Lekkoatletyka dla każdego!

## SZKOŁY PODSTAWOWE

### Założenia

1. Organizacja zawodów finałowych w Toruniu z podziałem na dwie grupy (po 8 województw).
2. Rywalizacja indywidualna: udział po 1 uczniu szkół podstawowych z rocznika 2005 oraz 2006 i młodszym wyłonionym przez poszczególne województwa (12 dziewcząt i 12 chłopców).
3. Rywalizacja sztafet: udział reprezentacji wojewódzkich złożonych z 8 uczniów szkół podstawowych w poszczególnych rocznikach 2005 oraz 2006 i młodszych wyłonionych przez poszczególne województwa do rywalizacji w biegu sztafetowym 8x200m (zawodnicy uczestniczący w rywalizacji indywidualnej).

Dziewczęta		Chłopcy	
2005	2006 i młodszy	2005	2006 i młodszy
2	2	2	2

4. Łącznie reprezentacja liczy 24 uczniów.

### Konkurencje:

Konkurencja indywidualne	Konkurencja drużynowa
60m	sztafeta 8 x 200m
300m	
600m K i 1000m M	
skok w dal ze strefy	
skok wzwyż	
rzut piłką lekarską w przód z zamachem z dołu	

- Zawodnik ma prawo startu w jednej konkurencji indywidualnej oraz w biegu sztafetowym.

#### Sposób rozgrywania konkurencji indywidualnych:

- konkurencje biegowe odbywają się seriami na czas z podziałem na roczniki i płeć (po 1 zawodniku z reprezentacji); rozstawienie na torach dokonywane będzie losowo,
- w skoku w dal ze strefy każdy zawodnik ma prawo do 3 prób,
- w rzucie piłką lekarską w przód z zamachem z dołu każdy zawodnik ma prawo do 3 kolejno oddanych prób (ciężar piłki: 2kg),
- w skoku wzwyż zawodnik ma prawo do 4 prób nieważnych w przebiegu całego konkursu (zakończenie udziału w konkursie po 3 próbach nieważnych na wysokości lub po 4 nieważnych próbach).



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki

Program upowszechniania lekkiej atletyki  
finansowany jest ze środków  
Ministerstwa Sportu i Turystyki.



# Lekkoatletyka dla każdego!

## Sposób rozgrywania konkurencji drużynowej:

- podział na serie biegów sztafetowych 8x200m odbywa się na podstawie klasyfikacji punktowej Finału Nestlé Cup 2017 (I seria - 2, 4, 6, 8 miejsce, II seria - 1, 3, 5 i 7 miejsce), rozstawienie na torach dokonywane będzie losowo,
- rozstawienie uczestników biegu sztafetowego 8x200m jest dowolne na podstawie zgłoszenia przez kierownika ekipy na bramce sędziowskiej na 60' przed rozegraniem rywalizacji.

## Punktacja wojewódzka:

- suma punktów za konkurencje indywidualne i bieg sztafetowy 8x200m zadecyduje o zajęтым miejscu województwa w klasyfikacji wojewódzkiej. Gdy liczba punktów jest taka sama o końcowej kolejności miejsc zadecyduje większa liczba punktów zdobyta w biegu sztafetowym 8 x 200m. Zasady punktacji są następujące:
  - za rywalizację w konkurencji indywidualnej wg. zasady: 1m- 8pkt, 2m – 7pkt, 3m – 6pkt, 4m – 5pkt, 5m – 4pkt, 6m – 3pkt, 7m – 2pkt i 8m – 1pkt,
  - za rywalizację w biegu sztafetowym 8 x 200m wg. zasady: 1m- 16pkt, 2m – 14pkt, 3m – 12pkt, 4m – 10pkt, 5m – 8pkt, 6m – 6pkt, 7m – 4pkt i 8m – 2pkt.

## Nagrody dla wszystkich uczestników rywalizacji:

- dyplom uczestnictwa dla wszystkich zawodników.

## Nagrody za rywalizację indywidualną i sztafetową:

- medale za miejsca I-III w poszczególnych kategoriach wiekowych i płci.

## Nagrody za klasyfikację wojewódzką:

- puchary w klasyfikacji drużynowej za miejsca I-VIII.

## Gimnazja

### Założenia

1. Organizacja zawodów finałowych w Toruniu z podziałem na dwie grupy (po 8 województw).
2. Rywalizacja indywidualna:
  - udział po 1 uczniu z rocznika 2003 i 2004 wyłonionym przez poszczególne województwa w konkurencjach: 60, 300m, 600m K i 1000m M, skok w dał, skok wzwyż (10K+ 10M),
  - udział po 1 uczniu z roczników 2003-2004 wyłonionym przez poszczególne województwa w konkurencjach: 60m ppł., pchnięcie kulą dziewcząt 3kg/ chłopców 5kg (2K+2M).



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki

Program upowszechniania lekkiej atletyki  
finansowany jest ze środków  
Ministerstwa Sportu i Turystyki.



# Lekkoatletyka dla każdego!

3. Rywalizacja sztafet: udział reprezentacji wojewódzkich złożonych z 8 uczniów w poszczególnych rocznikach 2003 i 2004 wyłonionych przez poszczególne województwa do rywalizacji w biegu sztafetowym 8x200m (zawodnicy uczestniczący w rywalizacji indywidualnej).

Dziewczęta		Chłopcy	
2003	2004	2003	2004
2	2	2	2

4. Łącznie reprezentacja liczy 24 uczniów.

## Konkurencje:

Konkurencja indywidualne	Konkurencja drużynowa
60m	sztafeta 8 x 200m
300m	
600m K i 1000m M	
60m ppł.	
skok w dal	
skok wzwyż	
Pchnięcie kulą dziewcząt 3kg/ chłopców 5kg	

- Zawodnik ma prawo startu w jednej konkurencji indywidualnej oraz w biegu sztafetowym.

### Sposób rozgrywania konkurencji indywidualnych:

- konkurencje biegowe odbywają się seriami na czas; rozstawienie w konkurencjach biegowych dokonywane będzie losowo,
- bieg przez płotki:

Dystans kategoria wiekowa	Liczba płotków	Wysokość płotków [cm]	Odległość [m]		
			1*	2*	3*
60 M młodzicy	5	91,4	13,60	8,90	10,80
60 K młodziczki	6	76,2	12,00	8,00	8,00

1\* - od linii startu do pierwszego płotka, 2\* - między płotkami, 3\* - od ostatniego płotka do linii mety.

- w skoku w dal każdy zawodnik ma prawo do 3 prób,
- w pchnięciu kulą dziewcząt 3kg/ chłopców 5kg każdy zawodnik ma prawo do 3 prób,
- w skoku wzwyż zawodnik ma prawo do 4 prób nieważnych w przebiegu całego konkursu (zakończenie udziału w konkursie po 3 próbach nieważnych na wysokości lub po 4 nieważnych próbach).



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki

Program upowszechniania lekkiej atletyki  
finansowany jest ze środków  
Ministerstwa Sportu i Turystyki.



# Lekkoatletyka dla każdego!



## Sposób rozgrywania konkurencji drużynowych:

- konkurencje biegowe odbywają się seriami na czas z podziałem na roczniki i płeć (po 1 zawodniku z reprezentacji); rozstawienie na torach dokonywane będzie losowo,
- podział na serie biegów sztafetowych 8 x 200m odbywa się na podstawie klasyfikacji punktowej Finału Nestlé Cup 2017 (I seria - 2, 4, 6, 8 miejsce, II seria - 1, 3, 5 i 7 miejsce), rozstawienie na torach dokonywane będzie losowo,
- rozstawienie uczestników biegu sztafetowego 8 x 200m jest dowolne na podstawie zgłoszenia przez kierownika ekipy na bramce sędziowskiej na 60' przed rozegraniem rywalizacji.
- podział na serie biegów sztafetowych 8x200m odbywa się na podstawie klasyfikacji punktowej Finału Nestlé Cup 2017 (I seria - 2, 4, 6, 8 miejsce, II seria - 1, 3, 5 i 7 miejsce), rozstawienie na torach dokonywane będzie losowo,
- rozstawienie uczestników biegu sztafetowego 8x200m jest dowolne na podstawie zgłoszenia przez kierownika ekipy na bramce sędziowskiej na 60' przed rozegraniem rywalizacji.

## Punktacja wojewódzka:

- suma punktów za konkurencje indywidualne i drużynową 8 x 200m zadecyduje o zajętych miejscach województwa w klasyfikacji wojewódzkiej. Gdy liczba punktów jest taka sama o kolejności miejsc zadecyduje większa liczba punktów zdobyta w biegu sztafetowym 8 x 200m.
  - punkty do klasyfikacji drużynowej za konkurencje indywidualne przyznawane będą wg. zasady 1m- 8pkt, 2m – 7pkt, 3m – 6pkt, 4m – 5pkt, 5m – 4pkt, 6m – 3pkt, 7m – 2pkt i 8m – 1pkt.
  - punkty do klasyfikacji drużynowej za sztafetę 8 x 200m przyznawane będą wg. zasady 1m- 16pkt, 2m – 14pkt, 3m – 12pkt, 4m – 10pkt, 5m – 8pkt, 6m – 6pkt, 7m – 4pkt i 8m – 2pkt.

## Nagrody za rywalizację indywidualną:

- medale za miejsca I-III w poszczególnych kategoriach wiekowych i płci,
- dyplom uczestnictwa dla wszystkich zawodników.

## Nagrody za rywalizację drużynową:

- medale za miejsca I-III w biegu sztafetowym 8 x 200m,

## Nagrody za klasyfikację wojewódzką:

- puchary w klasyfikacji drużynowej za miejsca I-VIII.



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki

Program upowszechniania lekkiej atletyki  
finansowany jest ze środków  
Ministerstwa Sportu i Turystyki.



# Lekkoatletyka dla każdego!



## Zgłoszenia

Obowiązuje wyłącznie system zgłoszeń elektronicznych, który zamieszczony jest pod adresem: <http://www.domtel-sport.pl/zgloszenia/>.

System zgłoszeń zamknięty zostanie w dniu 13.11.2017. o godz. 20.00.

Prawo przesyłania zgłoszeń posiadają koordynatorzy OLA.

## Inne

- weryfikacja zawodników: podczas weryfikacji należy przedstawić aktualną zgodę rodziców na udział w zawodach oraz złożyć ważne badania lekarskie w przypadku gimnazjalistów i uczniów klas VII SP,
- zasady finansowania: koszty organizacji zawodów oraz uczestnictwa ponosi PZLA zgodnie z zaakceptowanymi preliminarzami. Podstawą refundacji kosztów jest pełna dokumentacja finansowa wraz z podpisanymi listami uczestników zawodów,
- dzieci z programu LDK! są ubezpieczone od następstw nieszczęśliwych wypadków,
- udział w Ogólnopolskich zawodach LDK! oznacza akceptację niniejszego regulaminu oraz wiąże się z wyrażeniem zgody na wykorzystanie wizerunku uczestnika imprezy w materiałach promocyjnych organizatora.
- Noclegi uczestniczących reprezentacji – do końcowej decyzji:
  - **17/18 listopada:** Dolnośląskie, Lubuskie, Mazowieckie, Podkarpackie, Podlaskie, Wielkopolskie, *bez noclegu: Kujawsko – Pomorskie, Warmińsko – Mazurskie.*
  - **18/19 listopada:** Lubelskie, Małopolskie, Opolskie, Pomorskie, Śląskie, Świętokrzyskie, Zachodniopomorskie, *bez noclegu: Łódzkie.*

## Obowiązki organizatora

Obowiązki organizatora pełni Polski Związek Lekkiej Atletyki.

Interpretacja regulaminu należy do organizatorów, kwestie sporne rozstrzyga organizator.

**Zespół LDK!**



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki

Program upowszechniania lekkiej atletyki  
finansowany jest ze środków  
Ministerstwa Sportu i Turystyki.