



POLSKA
SAMORZĄD
WSPÓLNOTA



Współfinansowane
przez Samorząd
Województwa
Opolskiego



REGULAMIN
MISTRZOSTW WOJEWÓDZTWA OPOLSKIEGO
W LEKKIEJ ATLETYCE W KATEGORII U12, U14 I U16
ORAZ
MITYNG LA

1. Cel :

- Wyłonienie Mistrzów Województwa Opolskiego w Lekkiej Atletyce w kategoriach U12, U14 i U16,
- Wyłonienie Reprezentacji Województwa Opolskiego na Ogólnopolski Finał Nestle Cup' 2018
- Przygotowania do MMU16 oraz Małego Memoriału J. Kusocińskiego w Lekkiej Atletyce.

2. Organizator:

- Polski Związek Lekkiej Atletyki,
- Opolska Federacja Sportu,
- Urząd Marszałkowski Województwa Opolskiego,
- LUKS „PODIUM” Kup.

3. Termin:

Sobota - 01.09.2018 r. godz. 9:00

4 Miejsce:

- Stadion Sportowy *im. Opolskich Olimpijczyków* w Opolu ul. Sosnkowskiego 12.

5. Konkurencje:

Kategoria:

U12 (2007 i młodsi) - każdy uczestnik startuje w 4 konkurencjach

Dz i Ch: 60m, w dal strefa, rzut piłką lekarską w przód (zamachem z dołu), 200m.

U14 (2005, 2006)

Dz i Ch: 60m, 300m, w dal strefa, skok wzwyż, 600m, rzut piłką palantową.

U16 (2003, 2004)

K: 100 m, 300 m, 600m, 80 m ppł., 100 m ppł., 200 m ppł., 4x100 m, w dal, wzwyż, kula, dysk, oszczep, młot, chód 2 km.

M: 100 m, 300 m, 600 m, 1000 m, 100 m ppł., 110 m ppł., 200 m ppł., 4x100 m, w dal, wzwyż, kula, dysk, oszczep, młot, chód 3 km.

W zawodach ciężar sprzętu, rozstawy i wysokość płotków odpowiednie dla kategorii wiekowych od dzieci starszych do seniora.

Uwaga ! Zawody klasy II

6. Zgłoszenia:

Obowiązuje wyłącznie **elektroniczny system zgłoszeń PZLA** bez wymogu posiadania licencji.

Zgłoszenia będą przyjmowane do 30.08.2018 r. /czwartek/ - godz. 24.00. Weryfikacja zawodników w dniu zawodów do godz. 9.30.

7. Warunki uczestnictwa:

W zawodach prawo startu mają zawodnicy U16 rocznik **2003-2004**, U14 rocznik **2005-2006** oraz U12 rocznik **2007 i młodsi** posiadający **aktualną kartę zdrowia lub zgodę rodziców**.

W kategorii **U12** (2007 i młodsi) - **każdy uczestnik startuje w 4 konkurencjach. Najlepsza czwórka dziewcząt i chłopców wystartuje jako drużyna 8 osobowa w finale ogólnopolskim LDK - Nestle Cup.**

W kategorii U14 i U16 każdy zawodnik/czka ma prawo startu **w dwóch konkurencjach indywidualnych + sztafeta. Zwycięzcy konkurencji będą reprezentować woj. opolskie w finale ogólnopolskim LDK - Nestle Cup.**

W mityngu mogą startować zawodnicy ze wszystkich kategorii wiekowych.

8. Sposób przeprowadzenia zawodów:

- W konkurencjach technicznych eliminacje i finał z udziałem 8 zawodników.
- W konkurencjach rzutowych obowiązują wagi sprzętu odpowiednie dla kategorii wiekowej począwszy od dzieci starszych.
- Wszystkich zawodników obowiązują podwójne numery startowe za wyjątkiem skoku w wzwyż.
- Warunkiem przeprowadzenia danej konkurencji jest udział min 3 zawodników /czek.
- Obowiązuje długość kolców – 6 mm.
- Wyprowadzanie zawodników z bramki pod trybuną główną 15 min przed biegami i 20 min przed konkurencjami technicznymi w miejscu rozgrywania konkurencji.
- Dekoracja zwycięzców do 20 min po zakończeniu konkurencji.

9. Nagrody:

W Mistrzostwach Województwa Opolskiego U16, U14 i U12 **zawodnicy za miejsca I - III otrzymują medale i dyplomy.**

10. Zasady finansowania:

Koszty organizacji zawodów pokrywają organizatorzy zawodów.

UWAGA !!!

OPŁATA STARTOWA DLA DZIECI – 5 zł.

OPŁATA STARTOWA DLA POZOSTAŁYCH ZAWODNIKÓW – 10 zł.

ZGŁOSZENIA PO TERMINIE ORAZ ZMIANY W DNIU ZAWODÓW BĘDĄ PRZYJMOWANE ZA ODPLATNOŚCIĄ 15 zł. OD ZAWODNIKA.

Opłata startowa liczona jest wg ilości zgłoszeń.

12. Badania:

Wszyscy zawodnicy uczestniczący w zawodach organizowanych przez OZLA muszą posiadać aktualne badania sportowo-lekarskie, a dzieci zgodę rodziców.

Za posiadanie właściwych badań są zgłaszający oraz kluby zgodnie z Rozp. Min. Zdrowia z dn.22.12.2004/Dz.U.nr.282po.2815/

13. Ubezpieczenie uczestników:

Zgodnie z Ustawą o Sporcie obowiązek ubezpieczenia zawodnika od NNW należy do Klubu, który zawodnik reprezentuje. Organizator zawodów nie ponosi odpowiedzialności za szkody materialne i z tytułu ubezpieczeń zdrowotnych .

14. Sprawy końcowe :

Interpretacja regulaminu należy do **organizatora zawodów**.

Kontakt telefoniczny: Jacek Dziuba 510227883 lub Stanisław Rosiński 609512712

Kontakt elektroniczny: jacentyduszko@wp.pl lub sekretarz.ozla@op.pl

Projekt programu minutowego zawodów

9.00	rzut piłką lekarską w przód (zamachem z dołu) K U12,	Chód 2 km K	W dal M U12 i U14	młot K i M	kula K
9.20		Chód 3 km M			
9.50	rzut piłką lekarską w przód (zamachem z dołu) M U12,				
10.00	110 m ppł. M (serie na czas)	Wzwyż K			
10.15	100 m ppł. M (serie na czas)		W dal K U12 i U14	dysk M	kula M
10.30	100 m ppł. K (serie na czas)				
10.45	80 m ppł. K (serie na czas)				
11.00	60 m K U12 i U14				
11.30	60 m M U12 i U14	Wzwyż M			p. palantowa K U14
12.00	100 m K (serie na czas)				
12.15	100 m M (serie na czas)				
12.30	1000 m M		W dal K	dysk K	
12.40	600 m K				p. palantowa M U14
12.50	600 m M				
13.00	200 m K U12				
13.40	200 m M U12				
13.50	200 m ppł. K				
14.00	200 m ppł. M		W dal M		oszczep K i M

14.20	300 m K				
14.35	300 m M				
14.50	4 x 100m K				
14.55	4 x 100m M				
15.00	Zakończenie zawodów				

Dekoracja zwycięzców do 20 min. po zakończeniu konkurencji.

Program minutowy może ulec zmianie w zależności od ilości startujących zawodników !