



**REGULAMIN  
INDYWIDUALNYCH HAŁOWYCH MISTRZOSTW  
ZRZESZENIA LZS WOJEWÓDZTWA ŁÓDZKIEGO  
W LEKKIEJ ATLETYCE  
Spała, dn. 23.03.2023 r.**



**1. CEL**

- popularyzacja lekkiej atletyki w Zrzeszeniu LZS
- wyłonienie najlepszych zawodników/czek Z LZS w województwie łódzkim.

**2. ORGANIZATOR**

- Wojewódzkie Zrzeszenie LZS w Łodzi
- Urząd Marszałkowski w Łodzi
- ECO Harpoon Recycling
- Łódzka Kolej Aglomeracyjna

**3. TERMIN I MIEJSCE**

23.03.2023 r. – Centralny Ośrodek Sportu w Spałe k/Tomaszowa Maz.

do godz.	9:00	przyjazd ekip – weryfikacja,
godz.	9:45	otwarcie Mistrzostw,
godz.	10:00	rozpoczęcie zawodów.

**4. UCZESTNICTWO**

W zawodach mogą brać mieszkańcy województwa Łódzkiego i posiadający aktualne badania lekarskie. Uczestnicy muszą być ubezpieczeni od NNW.

Zgłoszenie do **22.03.2023** godz. 20.00 poprzez stronę www

<https://meets.rosterathletics.com/public/competitions/details/events?id=13666>

(w aplikacji można edytować i zmienić konkurencje i zawodników)

**Lub**

Zgłoszenia do dnia **21.03.2023** r. na druku excel w formie elektronicznej przesyłamy na adres: [lzs@pcs-belchatow.pl](mailto:lzs@pcs-belchatow.pl)

(plik znajduje się obok regulaminu)

Zgłoszenia będą przyjmowane tylko na załączonym pliku!

Wyniki i zgłoszenia sprawdzać będzie można na aplikacji **Roster Athletics**

<https://meets.rosterathletics.com/public/competitions/details/events?id=13666>

**Po przekroczeniu terminu 20.03.2023 numer startowy należy przygotować we własnym zakresie z widoczną nazwą drużyny, imieniem, nazwiskiem, rocznikiem oraz numerem.**

**5. PROGRAM**

**roczniki 2010 i młodszy :**

dziewczęta: 60m, 200m, 600m, skok w dal, sztafeta 4 x 200m.

chłopcy: 60m, 200m, 1000m, skok w dal, sztafeta 4 x 200m.

**roczniki 2008 i 2009 :**

dziewczęta: 60m, 200m, 800m, skok w dal, pchnięcie kulą(2kg), sztafeta 4 x 200m.

chłopcy: 60m, 200m, 1000m, skok w dal, pchnięcie kulą(4kg), sztafeta 4 x 200m.

**roczniki 2007 - 2003 :**

dziewczęta: 60m, 200m, 800m, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą(3kg), sztafeta 4 x 200m.

chłopcy: 60m, 200m, 1500m, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą(5kg), sztafeta 4 x 200m.

W zawodach zawodnik/czka może startować w 2 konkurencjach i sztafecie.

**W każdej konkurencji mogą startować maksymalnie po dwie osoby z danej reprezentacji.**

**Każda reprezentacja może wystawić jedną sztafetę.**

**6. ZASADY FINANSOWANIA**

- koszty organizacyjne zawodów i nagród pokrywa organizator.
- koszty przejazdu, diet, jednostki delegujące.

**7. NAGRODY**

Za zajęcie I – III miejsca w konkurencjach – medale.

**8. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

W sprawach nie ujętych w regulaminie decyduje Wojewódzkie Zrzeszenie LZS w porozumieniu z sędzią głównym. Obsługę sędziowską wyznaczy OZLA w Łodzi.

W zawodach nie będą mogli startować zawodnicy poza konkursem.

Medale wręczane będą 15 minut po zakończeniu konkurencji.

Zawody odbędą się zgodnie z przepisami PZLA

WZ LZS w Łodzi



ECO HARPOON  
Recycling Sp. z o.o.



ŁÓDZKA KOLEJ AGLOMERACYJNA



województwo łódzkie<sup>Ł</sup> | dotacje 2023

Zadanie współfinansowane z budżetu Samorządu Województwa Łódzkiego

**PROGRAM RAMOWY**  
**Indywidualnych Halowych Mistrzostw Zrzeszenia LZS**  
**Spała – 23.03.2023 r.**

Data: 23.03.2023 r.  
Miejsce: Hala lekkoatletyczna OPO w Spała, pow. tomaszowski

Do godz. 9:00 – przyjazd ekip, zgłoszenia

godz. 9:35 – ustawienie ekip do otwarcia

godz. 9:45 – UROCZYSTE OTWARCIE

godz. 10:15 – 60 m K	skok w dal K	kula K
60 m ch	skok w dal M	kula M
200 m K	skok wzwyż K	
200 m ch	skok wzwyż M	
800m K		
1500m M		
sztafeta 4x200m dziewcząt		
sztafeta 4x200m chłopców		

Uwagi:

- **Podany program ramowy jest programem informującym o kolejności przeprowadzania dyscyplin w poszczególnych sektorach. Program minutowy zostanie skonstruowany po wpłynięciu zgłoszeń i przedstawiony w dniu zawodów.**
- ewentualne protesty po wpłaceniu wadium należy składać do 10 minut po zakończeniu konkurencji,
- kierownicy ekip, trenerzy ustawiają swoje ekipy na miejscu zbiórki do otwarcia,
- wszyscy zawodnicy, którzy aktualnie nie uczestniczą w odbywającej się konkurencji znajdują się na widowni hali lekkoatletycznej.



ECO HARPOON®  
Recycling Sp. z o.o.



ŁÓDZKA KOLEJ AGLOMERACYJNA



województwo łódzkie®  
**dotacje 2023**

Zadanie współfinansowane z budżetu Samorządu Województwa Łódzkiego