



**REGULAMIN**  
**Mistrzostwa Zrzeszenia LZS Woj. Łódzkiego w Lekkiej Atletyce**  
**Szkół Ponadpodstawowych**  
**Sieradz, dn. 14.09.2023 r.**

**1. CEL**

- popularyzacja lekkiej atletyki w Zrzeszeniu LZS
- wyłonienie najlepszych zawodników/czek z LZS w województwie

**2. ORGANIZATOR**

- Wojewódzkie Zrzeszenie LZS w Łodzi
- Urząd Marszałkowski w Łodzi
- Powiatowe Zrzeszenie LZS w Sieradzu

**3. TERMIN I MIEJSCE**

14.09.2023 r. – MOSiR Sieradz, ul. Sportowa 1, 98-200 Sieradz

do godz.	9:30	przyjazd ekip – weryfikacja
godz.	10:00	otwarcie Mistrzostw,
godz.	10:20	rozpoczęcie zawodów

**4. UCZESTNICTWO**

W zawodach mogą brać udział uczniowie i uczennice szkół ponadpodstawowych, zgodnie z rocznikiem, będący członkami LZS/LKS, LUKS i posiadający aktualne badania lekarskie. Uczestnicy muszą być ubezpieczeni od następstw NW we własnym zakresie lub WZLZS w Łodzi.

**5. PROGRAM**

Mistrzostwa zostaną przeprowadzone w następujących konkurencjach:

Kobiety: 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m,  
sztafety: 4x100m,  
skok wzwyż, skok w dal, trójskok,  
pchnięcie kulą(4kg), rzut oszczepem.

Mężczyźni: 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m,  
sztafety: 4x100m, ,  
skok wzwyż, skok w dal, trójskok,  
pchnięcie kulą(6kg), rzut oszczepem.

**Każdy zawodnik mogą startować w dwóch konkurencjach i sztafecie, zawodnik z konkurencji biegowych powyżej 400m może startować w danej konkurencji i sztafecie. (szkoła/klub może wystawić 1 sztafetę).**

**Zawody odbędą się zgodnie z przepisami PZLA. Nie ma startów poza konkursem.**

**6. ZGŁOSZENIA**

Zgłoszenia do zawodów odbywają się jedynie poprzez platformę RosterAthletics do dnia **13.09.2023** do godz. **10.00**. Link do zgłoszeń:

<https://meets.rosterathletics.com/public/competitions/details/about?id=24271>

Instrukcja dodawania zawodników w systemie RosterAthletics do poszczególnych konkurencji znajduje się w załączniku do regulaminu. E- mail operatora systemu zgłoszeń [lzs@pcs-belchatow.pl](mailto:lzs@pcs-belchatow.pl)

**Organizator nie gwarantuje wprowadzenia zmian dnia przeprowadzenia zawodów.**

**7. ZASADY FINANSOWANIA**

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

**8. NAGRODY**

Za zajęcie I – III miejsca w konkurencjach – medale.

**9. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

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

W zawodach nie będą mogli startować zawodnicy poza konkursem.

Zawody odbędą się zgodnie z przepisami PZLA

**PROGRAM RAMOWY  
MISTRZOSTW ZRZESZENIA LZS WOJEWÓDZTWA ŁÓDZKIEGO  
W LEKKIEJ ATLETYCE SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH**

Szczegółowy program zawodów zostanie podany w dniu zawodów na stronie

<https://meets.rosterathletics.com/public/competitions/details/about?id=24271>

Dnia: 14.09.2023 rok

Miejsce: MOSiR Sieradz, ul. Sportowa 1, 98-200 Sieradz

godz. 9:30 przyjazd ekip

godz. 9:45 odprawa techniczna

godz. 10:00 Uroczyste Otwarcie

Godz. 10:20	100m M	Skok w dal M	Skok wzwyż K	Pchnięcie kulą K
	100m K	Skok w dal K	Skok wzwyż M	Pchnięcie kulą M
	200m M	Trójskok M		Rzut oszczepem K
	200m K	Trójskok K		Rzut oszczepem M
	400m M			
	400m K			
	800m M			
	800m K			
	1500m M			
	1500m K			
	Sztafeta 4x100m M			
	Sztafeta 4x100m K			

Uwagi:

1. Medale wręczane będą 15-20 minut po zakończeniu konkurencji.
2. Zawody odbędą się zgodnie z przepisami PZLA
3. Protesty należy składać 10 min po zakończeniu konkurencji.

WZ LZS w Łodzi