

**REGULAMIN**  
**MISTRZOSTW ZRZESZENIA LZS WOJEWÓDZTWA ŁÓDZKIEGO**  
**W LEKKIEJ ATLETYCE SZKÓŁ PODSTAWOWYCH I GIMNAZJALNYCH**  
**Kutno, 06.06.2019 r.**

**1. CEL**

- popularyzacja lekkiej atletyki wśród dzieci i młodzieży,
- realizacja programu upowszechniania kultury fizycznej,

**2. ORGANIZATOR**

- Wojewódzkie Zrzeszenie LZS w Łodzi,
- Urząd Marszałkowski w Łodzi,
- Krajowe Zrzeszenie LZS w Warszawie
- Ministerstwo Sportu i Turystyki,
- Rada Powiatowa Zrzeszenia LZS w Kutnie,

**3. TERMIN I MIEJSCE**

**06.06.2019 r. – Kutno, stadion MOSiR, ul. Kościuszki 26**

- |             |                              |
|-------------|------------------------------|
| godz. 9.30  | - przyjazd ekip, zgłoszenia, |
| godz. 10.15 | - otwarcie zawodów,          |
| godz. 10.25 | - zawody.                    |

**4. PROGRAM**

Zawody odbędą się w następujących konkurencjach:

szkoły podstawowe :

dziewczęta: 60 m, 200 m, 600 m, skok w dal, rzut piłeczką palantową,  
sztafeta szwedzka (400m, 300 m, 200 m, 100 m),

chłopcy: 60 m, 200 m, 1000 m, skok w dal, rzut piłeczką palantową,  
sztafeta szwedzka (400m, 300 m, 200 m, 100 m).

szkoły gimnazjalne :

dziewczęta: 100 m, 300 m, 600 m, skok w dal, skok wzwyż, kula (3 kg), sztafeta – 4 x 100m,

chłopcy: 100 m, 300 m, 1000 m, skok w dal, skok wzwyż, kula (5 kg), sztafeta – 4 x 100m.

W zawodach prawo startu posiadają uczniowie szkół podstawowych i gimnazjalnych posiadający aktualne badania lekarskie (odpowiedzialni kierownicy ekip) i ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków. Zawodnicy/czki startują w jednej konkurencji i sztafecie, w poszczególnych konkurencjach można wystawić maksymalnie 2 zawodników i jednej sztafecie. W biegach powyżej 300m można startować tylko w danym biegu (600m lub 1000m). Nie ma startów poza konkursem.

**5. ZASADY FINANSOWANIA**

- koszty organizacyjne pokrywa organizator,
- pozostałe koszty pokrywają jednostki delegujące

**6. NAGRODY**

- za zajęcie I – III m-ca w poszczególnych konkurencjach zawodnicy i zawodniczki otrzymują, medale.

**7. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

Uczestnicy muszą być ubezpieczeni od NW. Zawody odbędą się zgodnie z przepisami PZLA, w sprawach nie ujętych w regulaminie decyduje WZ LZS w Łodzi w konsultacji z Sędzią Głównym.

WZ LZS w Łodzi

**PROGRAM RAMOWY**  
**MISTRZOSTW ZRZESZENIA LZS WOJEWÓDZTWA ŁÓDZKIEGO**  
**W LEKKIEJ ATLETYCE**  
**szkół podstawowych i gimnazjalnych**  
**Kutno, dn. 06.06.2019 r.**

Data: 06.06.2019 r.

Miejsce: Stadion MOSiR w Kutnie, ul. Kościuszki 26

Do godz. 9:30 – przyjazd ekip, zgłoszenia

godz. 9:40 – odprawa techniczna

godz. 10:15 – UROCZYSTE OTWARCIE

godz. 10.30	60m. dz.	skok w dal. dz. (SP)	skok w dal ch. (SP)	rzut p.pal. dz.	skok wzwyż dz.
godz. 10.45	60m. ch.				
godz. 11.00	100m. dz.			rzut p.pal. dz.	skok wzwyż ch.
godz. 11.15	100m. ch.	skok w dal dz.	skok w dal ch. (G)		
godz. 11.30	200m. dz.			kula ch.	
godz. 11.40	200m. ch.				
godz. 11.55	300m. dz.				
godz. 12.10	300m. ch.			kula dz.	
godz. 12.30	600m. dz.				
godz. 12.40	1000m. ch.				
godz. 12.55	sztafety szwedzkie dz.				
godz. 13.05	sztafety szwedzkie ch.				
godz. 13.15	4x100 dz.				
godz. 13.30	4x100 ch.				

godz. 14:00 zakończenie zawodów

- zawodnik startuje w jednej konkurencji i sztafecie,
- W konkurencjach technicznych – 3 próby.
- Skok w dal dla szkół podstawowych z metrowej strefy,
- Konkurencje biegowe i sztafety – serie na czas,
- Pierwsze wysokości w skoku wzwyż szkół gimnazjalnych: dziewczęta - 110cm; chłopcy - 120cm
- wręczanie dyplomów 15 minut po zakończonej konkurencji.

WZ LZS w Łodzi