

**XVI EDYCJA
HALOWYCH ZAWODÓW LEKKOATLETYCZNYCH
DLA SZKÓŁ PODSTAWOWYCH I GIMNAZJÓW
O PUCHAR PREZYDENTA MIASTA SUWAŁEK**

R E G U L A M I N

I. Cel:

1. Rozwój lekkiej atletyki w Suwałkach.
2. Wdrażanie dzieci i młodzieży do systematycznego uprawiania sportu.

II. Organizatorzy:

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach;
Urząd Miejski w Suwałkach;
Lekkoatletyczny Uczniowski Klub Sportowy „Hańcza”;
Powiatowy Szkolny Związek Sportowy w Suwałkach.

III. Terminy zawodów:

15.12.2015 r. godz. 9⁰⁰ (wtorek)
12.01.2016r. godz. 9⁰⁰ (wtorek)
16.02.2016 r. godz. 9⁰⁰ (wtorek)
08.03.2016 r. godz. 9⁰⁰ (wtorek)

IV. Miejsce:

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach, ul. Wojska Polskiego 2, 16-400 Suwałki.

V. Program:

SZKOŁY PODSTAWOWE: 36 m, 36m ppł., piecioskok, skok wzwyż, kula 3 kg, rzut piłką lekarską 3 kg w tył nad głową, rzut oszczepem halowym TJ 400g Polanik Turbo Jav,

dz. i chł. – 36 m ppł. – od startu do I pł. – 11 m, między płotkami – 7 m (dz. – wys. 76,2 cm, chł. – 83,8 cm).

GIMNAZJA: 36m, 36m ppł, piecioskok, skok wzwyż, kula dz. 3 kg, chł. 5 kg
dz. – 36m ppł – od linii startu do I-go pł.– 11,50 m, między pł. 7,60 m, wys. 76,2 cm,
chł. – 36m ppł – od linii startu do I-go pł.– 12,20 m, między pł. 8,30 m, wys. 91,4 cm.

Zasady rozgrywania konkurencji:

SZKOŁY PODSTAWOWE – rok urodzenia 2003 i młodsi:

- ✓ 36 m, 36 m ppł. – serie na czas;
- ✓ pięcioskok, kula, piłka lekarska, oszczep – zawodnicy wykonują po 4 próby. Długość rozbiegu w rzucie oszczepem do 4 m;
- ✓ wzwyż dz. – od 115 cm do 160 cm co 5 cm, dalej co 3 cm;
- ✓ wzwyż chł. – od 120 cm do 170 cm co 5 cm, dalej co 3 cm.
- Zawodnik posiada prawo startu w **trzech konkurencjach**.
- Każda szkoła podstawowa może zgłosić do zawodów **max. 10 osób**. Przekroczenie podanego limitu startowego (3 konkurencje, 10 osób) spowoduje wykreślenie wszystkich punktów najlepszego zawodnika.

GIMNAZJA – rok urodzenia 2001 i młodsi:

- ✓ 36 m, 36 m ppł. – serie na czas;
- ✓ pięcioskok, kula – zawodnicy wykonują po 4 próby;
- ✓ wzwyż dz. – od 125 cm do 165 cm co 5 cm, dalej co 3 cm;
- ✓ wzwyż chł. – od 135 cm do 180 cm co 5 cm, dalej co 3 cm.
- Zawodnik posiada prawo startu w **trzech konkurencjach**.
- Każde gimnazjum może zgłosić do zawodów **max. 10 osób**. Przekroczenie podanego limitu startowego (3 konkurencje, 10 osób) spowoduje wykreślenie wszystkich punktów najlepszego zawodnika.

VI. Punktacja:

SZKOŁY PODSTAWOWE

I m-ce – 12pkt., II m-ce – 10pkt., III m-ce – 8pkt., IV m-ce – 7pkt., V m-ce – 6pkt., VI m-ce – 5pkt., VII m-ce – 4pkt., VIII m-ce – 3pkt., IX m-ce – 2pkt., X m-ce – 1pkt.

Na punktację drużynową złożą się wyniki sześciu najlepszych zawodniczek i zawodników z każdego zawodów.

GIMNAZJA

Punktacja indywidualna jak w szkołach podstawowych.

Na punktację drużynową złożą się wyniki sześciu najlepszych zawodniczek i zawodników z każdego zawodów.

VII. Zgłoszenia

Potwierdzenie udziału szkoły w cyklu zawodów należy przesłać do **11.12.2015 r.** na adres: Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach, ul. Wojska Polskiego 2, 16-400 Suwałki (w podpisie dyrektor szkoły i opiekun zawodników).

Zgłoszenie imienne i wypełnione karty startowe wg załączonego wzoru, opiekunowie ekip złożą na 45 min. przed rozpoczęciem zawodów do BIURA ZAWODÓW!

Zawodników zgłasza się na pojedynczych kartach startowych.

Prosi się o wyraźne zamieszczanie wszystkich danych!

VIII. Nagrody

SZKOŁY PODSTAWOWE

- Indywidualnie za miejsca I – III w każdym zawodach dyplomy.
- Trzy dziewczyny i trzech chłopców najlepszych po czterech zawodach otrzyma dyplomy i nagrody rzeczowe.
- Drużynowo po 4 zawodach za miejsca I – III – puchary Prezydenta Miasta Suwałk i dyplomy.
- Nagrody niespodzianki dla najlepszych oszczepniczek i oszczepników /3+3/ po czterech zawodach funduje LUKS Hańcza.

GIMNAZJA

- Indywidualnie: trzy dziewczyny i trzech chłopców najlepszych po czterech zawodach otrzyma dyplomy i nagrody rzeczowe.
- Drużynowo po 4 zawodach za miejsca I – III – puchary Prezydenta Miasta Suwałk i dyplomy.

IX. Zasady finansowania:

Koszty organizacyjne zawodów i nagrody regulaminowe zabezpiecza Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach.

X. Uwagi końcowe:

1. Zawody są wliczane do XVI edycji Miejskiej Rywalizacji Sportowej Szkół Podstawowych i Gimnazjów w Suwałkach.
2. Zawody odbywać się będą na obiekcie zamkniętym, w części sportowej, stąd też startująca młodzież, opiekunowie i osoby towarzyszące zobowiązane są do posiadania obuwia na zmianę.
3. Dokumentem stwierdzającym dopuszczenie do zawodów jest imienna lista uczniów, sporządzona na podstawie dokumentacji o badaniach profilaktycznych, potwierdzona przez dyrektora szkoły.
4. Komunikaty z zawodów będą przekazywane:
 - ✓ zainteresowanym szkołom,
 - ✓ Wydziałowi Oświaty, Wychowania i Sportu Urzędu Miejskiego w Suwałkach,
 - ✓ lokalnym mediom.
5. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do interpretacji oraz ewentualnych zmian w niniejszym regulaminie.

**Koordynator Miejskiej Rywalizacji
Sportowej 2015/2016
w Suwałkach:**

Ośrodek Sportu i Rekreacji
w Suwałkach