



**XVII EDYCJA  
HAŁOWE ZAWODY LEKKOATLETYCZNE  
DLA SZKÓŁ PODSTAWOWYCH I GIMNAZJÓW  
O PUCHAR PREZYDENTA MIASTA SUWAŁEK**

---

**R E G U L A M I N**

**I. Cel:**

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

**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:**

**15.11.2016 r. godz. 9<sup>00</sup> (wtorek)**  
**13.12.2016 r. godz. 9<sup>00</sup> (wtorek)**  
**14.02.2017 r. godz. 9<sup>00</sup> (wtorek)**  
**14.03.2017 r. godz. 9<sup>00</sup> (wtorek)**

**IV. Miejsce:**

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

**V. Program:**

SZKOŁY PODSTAWOWE: 36 m, 36 m ppł., 5 - skok, skok wzwyż, kula (4 kg – chł., 2 kg – dz.) rzut piłką lekarską 3 kg w tył nad głową, rzut oszczepem halowym TJ Polanik Turbo Jav (400g – dz./ 500g – chł.);  
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: 36 m, 36 m ppł, 5 - skok, wzwyż, kula ( 5 kg – chł., 3 kg – dz.);  
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 2004 i młodszy:

- ✓ 36 m, 36 m ppł – serie na czas;
- ✓ 5 - skok, 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 najwyższej zdobyczy punktowej danego zawodnika.

GIMNAZJA – rok urodzenia 2003 - 2002:

- ✓ 36 m, 36 m ppł – serie na czas;
- ✓ 5 - skok, 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 najwyższej zdobyczy punktowej danego zawodnika.

## VI. Punktacja:

SZKOŁY PODSTAWOWE I GIMNAZJA

I m-ce – 12 pkt., II m-ce – 10 pkt., III m-ce – 8 pkt., IV m-ce – 7 pkt. i X m-ce – 1 pkt.

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 dnia **10.11.2016 r.** na adres e - mail: [rafal.olszewski@osir.suwalki.pl](mailto:rafal.olszewski@osir.suwalki.pl)

Zgłoszenie imienne i wypełnione karty startowe wg załączonego wzoru, opiekunowie ekip złożą **na 30 min.** przed rozpoczęciem zawodów do BIURA ZAWODÓW!

**Zawodników zgłasza się na pojedynczych kartach startowych (wzór w załączeniu)**

## VIII. Nagrody

SZKOŁY PODSTAWOWE I GIMNAZJA

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 ca I – III – puchary Prezydenta Suwałk i dyplomy.

**Nagroda niespodzianka** dla najlepszej oszczepniczki i najlepszego oszczepnika Halowych Zawodów LA w relacji Szkół Podstawowych - fundator LUKS "Hańcza".

#### **IX. Zasady finansowania:**

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

#### **X. Uwagi końcowe:**

1. Zawody są wliczane do XVII 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 interpretacji oraz ewentualnych zmian w niniejszym regulaminie.

**Koordinator Miejskiej Rywalizacji  
Sportowej 2016/2017  
w Suwałkach:**

Ośrodek Sportu i Rekreacji  
w Suwałkach