

## HAŁOWE ZAWODY LEKKOATLETYCZNE DLA SZKÓŁ PODSTAWOWYCH O PUCHAR PREZYDENTA MIASTA SUWAŁK

---

### REGULAMIN

#### 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” w Suwałkach;

#### III. Termin zawodów:

15.03.2022 r. godz. 9<sup>00</sup> (wtorek)

#### IV. Miejsce:

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

#### V. Program:

I grupa – rok urodzenia 2009 i młodsi: 36 m, 36 m ppł., 5 - skok, skok wzwyż, kula (dz.-3 kg, chł.-4 kg) rzut piłką lekarską 3 kg w tył nad głowę, rzut oszczepem halowym TJ Polanik Turbo Jav (dz.-400g., chł.-500g); 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).

II grupa- młodzicy 2007-2009: 36 m, 36 m ppł, 5-skok, wzwyż, kula (dz.-3 kg, chł.-4 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.-12,80 m, między pł. 8,50 m, wys. 91,4cm.

#### Zasady rozgrywania konkurencji:

I grupa – rok urodzenia 2009 i młodsi:

- ✓ 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 może zgłosić do zawodów **max 10 osób**. Przekroczenie podanego limitu startowego (3 konkurencje, 10 osób) spowoduje wykreślenie najwyższej zdobyczy punktowej danego zawodnika.

## II Grupa – rok urodzenia 2007 – 2008:

- ✓ 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**.

Każda szkoła może zgłosić do zawodów **max 10 osób**. Przekroczenie podanego limitu startowego (3 konkurencje, 10 osób) spowoduje wykreślenie najwyższej zdobyczy punktowej danego zawodnika.

**Uwaga:** szkoły, w których działają klasy sportowe Ia, klasy o profilu Ia oraz funkcjonują zajęcia z Ia ("Zdolny Suwalczanin", SKS, itp.) po wystawieniu składów w I i II Grupie (10+10), zgłaszają pozostałych zawodników do oficjalnej rywalizacji indywidualnej. Wówczas na karcie startowej zawodnika (nad nazwiskiem i nad ostatecznym wynikiem) wpisujemy dużymi literami R.I. – rywalizacja indywidualna. Litery R. I. będą widoczne w komunikatach z zawodów.

## **VI. Punktacja:**

### I Grupa, II Grupa

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

Na punktację drużynową szkoły złożą się wyniki sześciu najlepszych zawodniczek i zawodników ( po 6 osób z I i II Grupy).

## **VII. Zgłoszenia**

Potwierdzenie udziału szkoły w zawodach należy przesłać do dnia **10.03.2022 r.** na adres e - mail: [zbigniew.chilinski@osir.suwalki.pl](mailto:zbigniew.chilinski@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 – II grupa- karty startowe w kolorze żółtym, grupa I bez zmian na białych kartkach. (wzór w załączeniu)**

### **VIII. Nagrody**

#### I Grupa, II Grupa

Indywidualnie za miejsca I – III dyplomy.

Drużynowo za miejsca I-III – puchary i dyplomy. Puchary i dyplomy zostaną wręczone przed pierwszą wiosenną rundą Czwartków Lekkoatletycznych.

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

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

### **X. Uwagi końcowe:**

1. Zawody są wliczane Miejskiej Rywalizacji Sportowej Szkół Podstawowych 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 Kultury i Sportu Urzędu Miejskiego w Suwałkach,
  - ✓ lokalnym mediom.
5. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo interpretacji oraz ewentualnych zmian w niniejszym regulaminie.

**Koordynator Miejskiej Rywalizacji Sportowej  
2021/2022 w Suwałkach:**

Ośrodek Sportu i Rekreacji  
w Suwałkach