REGULAMIN INDYWIDUALNYCH MISTRZOSTW
Miasta Zielona Góra
W LEKKIEJ ATLETYCE SZKÓŁ GIMNAZJALNYCH

Uczestnictwo

- w zawodach mają prawo uczestniczyć uczniowie urodzeni w roku 2001 i młodsi,
- szkoła ma prawo zgłosić do każdej konkurencji w każdej kategorii wiekowej maksymalnie po 3 zawodników i jeden zespół sztafetowy dziewcząt i jeden chłopców,
- wystartowanie 4 i kolejnych zawodników powoduje skreślenie punktów najwyżej sklasyfikowanych zawodników z danej szkoły w danej konkurencji,
- zespoły sztafetowe muszą tworzyć zawodnicy danej kategorii wiekowej,
- każdy zawodnik ma prawo udziału w maksimum 2 konkurencjach indywidualnych i w sztafecie,
- uczeń startujący w biegu na 600 m lub dłuższym może wziąć dodatkowo udział tylko w biegu sztafetowym,
- klasyfikacja w konkurencjach będzie prowadzona osobno dla kategorii juniorów młodszych i młodzików
- zgłoszenia do zawodów na kartach startowych w dniu imprezy do godz. 9.30

Termin i miejsce

10 maja 2017 godz. 10.00
Zielona Góra, ul. Sulechowska 37, stadion MOSiR

Konkurencje zawodów

- dziewczęta: 2002 - 2003
  100 m, 100 mppł., 300 m, 600 m, 1000 m, **skok w dal, skok wzwyż, kula (3 kg), oszczep (500 gr),** dysk (0,75 kg), **4x100 m**
- dziewczęta: 2001
  100 m, 100 mppł., 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, **skok w dal,** 3-skok, **skok wzwyż**, **kula (3 kg), oszczep (500 gr),** dysk (1,0 kg), **4x100 m**
- chłopcy: 2002 - 2003
  100 m, 110 mppł., 300 m, 600 m, 1000 m, 2000 m, **skok w dal, skok wzwyż, kula (5 kg)**, oszczep (600 gr), dysk (1,0 kg), **4x100 m**
- chłopcy: 2001
  100 m, 110 mppł., 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, **w dal,** 3-skok, **skok wzwyż, kula (5kg)**, oszczep (700gr), dysk (1,5 kg), **4x100m**

Inne

- w biegach zostaną rozegrane serie na czas,
- w skoku w dal oraz w rzutach każdy zawodnik ma prawo do 4 prób,
- startującego zawodnika obowiązuje strój sportowy

PUNKTACJA

Miejsce	**Zdobyte punkty**
I	9
II	7
III	6
IV – VI	5
VII – X	4
XI – XII	3
XIII – XIV	2
XV – XVI	1

MISTRZOSTWA MIASTA SZKÓŁ GIMNAZJALNYCH W LEKKIEJ ATLETYCE,

Zielona Góra, 10.05.2017.

10.15	110mppł. M	wzwyż M	w dal K	kula K (01)	dysk M (01)	oszczep M (02-03)
10.35	1000m. M (02-03)		(01)	*3kg*	*1,5kg*	*600gr.*
10.50	1000m. K (02-03)					
11.05	100mppł. K		w dal K			
11.20	100m. M		(02-03)	kula K (02-03)	dysk M (02-03)	oszczep M (01)
11.50	100m. K			*3kg*	*1kg*	*700gr.*
12.10	600m. M (02-03)		w dal M			
12.20	600m. K (02-03)		(01)	kula M (01)	dysk K (01)	oszczep K (02-03)
12.30	400m. M (01)	wzwyż K		*5kg*	*1kg*	*500gr.*
12.40	400m. K (01)					
12.50	300m. M (02-03)		w dal M			
13.05	300m. K (02-03)		(02-03)			
13.20	800m. M (01)			kula M (02-03)	dysk K (02-03)	oszczep K (01)
13.30	800m. K (01)			*5kg*	*0,75kg*	*500gr.*
13.40	200m. M (01)		3-skok K+M			
13.50	200m. K (01)		(01)			
14.00	1500m. M (01)					
14.15	1500m. K (01)					
14.30	3000m. M (01)					
14.50	2000m. M (02-03)					
15.00	4x100m. M (02-03)					
15.05	4x100m. K (02-03)					
15.10	4x100m. M (01)					
15.15	4x100m. K (01)					

* - w biegach serie na czas

* - w konkurencjach technicznych (w dal, 3-skok, kula, dysk, oszczep) – po 4 kolejki

* - rzut dyskiem na boisku bocznym („górna płyta”)