



Mazurski zdroj

REGULAMIN
XI Halowych Mistrzostw Powiatu Góldapskiego
w Lekkiej Atletyce rocz. 2003-2004-2005
Góldap, dnia 03.04.2019 (środa)

CEL:

- popularyzacja LA w hali
- stworzenie rywalizacji sportowej wśród młodzieży szkolnej powiatu góldapskiego
- wyłonienie najlepszych zawodników powiatu góldapskiego

ORGANIZATOR:

- Ośrodek Sportu i Rekreacji w Góldapi

TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

- zawody LA odbędą się w Hali OSiR w Góldapi w dniu 03.04.2019 r. (środa)
- zgłoszenia zawodników należy dokonać elektronicznie na adres e-mail zawody@osirgoldap.pl do dnia 02.04.2019 r. do godz.13:00 . Godzina 8:30 otwarcie zawodów, godzina 9:00 pierwsze starty.

PROGRAM ZAWODÓW:

- Bieg płaski na 25 m dziewcząt i chłopców
- Bieg na 3 okrążenia (ok.280m) dziewcząt i chłopców
- Bieg na 5 okrążeń (ok.480m) dziewcząt i chłopców
- Sztafeta 4 x 1 okrążenie (4 x 93m) dziewcząt i chłopców
- Skok wzwyż dziewcząt i chłopców
- Pchnięcie piłką lekarską dziewcząt (2kg) i chłopców (3kg)

UCZESTNICTWO:

- w zawodach może brać udział młodzież rocz. 2003-2004-2005
- każda szkoła może zgłosić do zawodów po dwóch reprezentantów w każdej konkurencji oraz po jednej sztafecie dziewcząt i chłopców
- ewentualne protesty będą rozpatrywane do 5 minut po zakończonej konkurencji. jeden zawodnik może startować wyłącznie w dwóch konkurencjach + sztafeta

NAGRODY:

- za I-III m-ce w każdej kategorii indywidualnej pamiątkowy dyplom i medal za udział.
- za I-III m-ce w punktacji drużynowej szkół puchar i dyplom.

PUNKTACJA:

- punktacja drużynowa wg. klucza za I miejsce 5 pkt II-4 pkt. III-3 pkt. IV-2 pkt i V-1 pkt itd.

