

REGULAMIN WTORKÓW LEKKOATLETYCZNYCH „TARGÓWEK 2011/2012”

1. Organizator zawodów:

- Ośrodek Sportu i Rekreacji m.st. Warszawy w Dzielnicy Targówek

2. Cykl Zawodów lekkoatletycznych skierowany jest do uczniów klas I- VI Szkół Podstawowych znajdujących się na terenie Warszawy.

3. **Miejsce zawodów:** stadion lekkoatletyczny OSiR Targówek przy ul. Łabiszyńskiej 20.

4. **Terminy zawodów:** 20 września, 27 września i 4 października 2011 r.

Godzina rozpoczęcia zawodów: 10:30

5. Konkurencje:

Zawody prowadzone będą w trzech kategoriach wiekowych:

- **I-II klasa**
Dziewczęta i chłopcy: 40 m, 300 m, rzut piłeczką palantową na odległość, sztafeta 8 x 100 m (4 dziewczynki i 4 chłopców)
- **III-IV klasa**
Dziewczęta i chłopcy: 60 m, 300 m, skok w dal lub skok wzwyż (do wyboru), rzut piłeczką palantową na odległość, sztafeta 8 x 100 m (4 dziewczynki i 4 chłopców)
- **V-VI klasa**
Dziewczęta: 60 m, 300 m lub 600 m (do wyboru), skok w dal lub skok wzwyż (do wyboru), rzut piłeczką palantową na odległość
Chłopcy: 60 m, 300 m lub 1000 m (do wyboru), skok w dal lub skok wzwyż (do wyboru), rzut piłeczką palantową na odległość, sztafeta 6 x 200 m (3 dziewczyny i 3 chłopców)

6. **Uczestnicy:** Prawo startu w zawodach mają uczniowie Szkół Podstawowych pod opieką nauczyciela, dziewczęta i chłopcy w kategoriach: Szkoły Podstawowe, klasy I – VI (rocznik odpowiadający aktualnie obowiązującemu w danej klasie)

Każdy zawodnik może startować podczas jednych zawodów w dwóch konkurencjach (jednej biegowej i jednej technicznej) plus ewentualnie sztafeta. Dotyczy to także zawodów finałowych.

Przepis nie dotyczy klas I i II.

7. Punktacja i klasyfikacja (indywidualna i zespołowa):

W każdej konkurencji punktacja wyglądać będzie następująco: I miejsce- 40, II – 35, III – 32, IV – 30, V – 28, VI – 26, VII - 24, VIII - 22, IX – 20, X – 18, XI – 16, XII – 14, XIII – 12, XIV – 10, XV – 10, XVI – 8, XVII – 6, XVIII – 4, XIX – 3, XX – 2, XXI do końca 1 punkt.
Na klasyfikację końcową szkół składa się suma punktów wszystkich zawodników.

8. Opiekunowie szkół biorących udział w zawodach biorą odpowiedzialność za zachowanie i dyscyplinę swojej młodzieży oraz za aktualne badania lekarskie (brak przeciwwskazań lekarskich do udziału w zawodach sportowych).

9. Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas zawodów.

10. Uczestników obowiązują stroje sportowe.

11. Konkurencje odbywać się będą według przepisów PZLA.

12. Nagrody dla uczestników:

- pojedyncze zawody rankingowe- medale za zajęcie miejsc I- III, słodycze.

13. Wszelkie sprawy sporne nie ujęte w niniejszym regulaminie rozstrzygać będzie organizator.

Kontakt: p.Beata Janiak - OSiR ul. Łabiszyńska 20 tel. 811-91-19 w.109, fax 811-91-36,

Mail: b.janiak@osirtargowek.waw.pl

**BARDZO PROSZĘ O WYPISANIE KARTEK STARTOWYCH
DLA ZAWODNIKÓW DO KONKURENCJI BIEGOWYCH.**

**OBOWIĄZKOWO NALEŻY DOSTARCZYĆ WYPEŁNIONĄ
LISTĘ STARTOWĄ DO KONKURENCJI TECHNICZNYCH
(oddzielnie dla dziewcząt i chłopców i kategorii wiekowych)**

PROGRAM ZAWODÓW

Klasy I-II

10.30 – Bieg na 40 metrów
10.55 – Bieg sztafetowy
11.00 – Rzut piłeczką palantową
12.00 – Bieg na 300 m
13.00 – Wręczenie nagród zwycięzcom

Klasy III-IV

10.30 – Rzut piłeczką palantową
11.00 – Bieg na 60 m
11.25 – Bieg sztafetowy

- 11.30 – Skok w dal oraz skok wzwyż (do wyboru)
 12.30 – Bieg na 300 m
 13.30 – Wręczenie nagród

Klasy V-VI

- 10.30 – Skok w dal, skok wzwyż (do wyboru)
 11.30 – Bieg na 60 m
 11.55 – Bieg sztafetowy
 12.00 – Rzut piłeczką palantową
 13.00 – Bieg na 300 m
 13.15 – Bieg na 600 m (dziewczęta) oraz 1000 m (chłopcy)
 13.45 – Wręczenie nagród

PLAN MINUTOWY rozgrywania zawodów (może ulec zmianie ze względu na ilość startujących zawodników)

Godz.	Kategoria	I-II	III-IV	V-VI	
10.30		Bieg na 40 m	Rzut piłeczką palantową	Skok wzwyż, skok w dal	
10.55		Bieg sztafetowy			
11.00	Rzut piłeczką palantową		Bieg na 60 m		
11.25			Bieg sztafetowy		
11.30			Skok wzwyż, skok w dal	Bieg na 60 m	
11.55				Bieg sztafetowy	
12.00	Bieg na 300 m		Rzut piłeczką palantową		
12.30	Wręczenie nagród		Bieg na 300 m		
13.00			Wręczenie nagród	Bieg na 300 m	
13.15				Bieg na 600 m (dziewczęta) i na 1000 m (chłopcy)	
13.45				Wręczenie nagród	