

**REGULAMIN**  
**OTWARTYCH MISTRZOSTW WOJEWÓDZTWA LUBELSKIEGO LZS**  
**W LEKKIEJ ATLETYCE ZAMOŚĆ 2013**

**1. CEL**

- uczczenie 67 rocznicy powstania Ludowych Zespołów Sportowych
- popularyzacja lekkiej atletyki na terenie województwa lubelskiego.
- wyłonienie najlepszych zawodników do dalszego szkolenia w klubach, LKS, LZS, LUKS
- wyłonienie mistrzów Województwa Lubelskiego LZS na rok 2013
- wyłonienie reprezentacji województwa lubelskiego na Mistrzostwa Polski Zrzeszenia LZS

**2. KIEROWNICTWO** - Wojewódzkie Zrzeszenie LZS w Lublinie

**3. ORGANIZATOR**- WZ LZS w Lublinie

współorganizatorzy:

- Urząd Marszałkowski w Lublinie
- Urząd Miejski w Zamościu
- KS Agros Zamość
- Powiatowe Zrzeszenie LZS w Zamościu
- OSiR Zamość

**4. TERMIN I MIEJSCE**- 14 maja (wtorek) 2013r. godz. 10.30 stadion OSiR w Zamościu

**5. PROGRAM**- Mistrzostwa zostaną przeprowadzone w rocznikach i konkurencjach:

**KOBIETY**- rocznik 1996 i młodsze oraz 1995 i starsze

**KONKURENCJE ROZEGRANE W ROCZNIKACH:**

- 100m, 200m, 400m, wzwyż, w dal,

**KONKURENCJE OPEN:**

800m, 1500m, kula, oszczep, dysk, młot,

**MĘŻCZYŹNI**- rocznik 1996 i młodszy oraz 1995 i starszy

**KONKURENCJE W ROCZNIKACH:**

- 100m, 200m, 400m, wzwyż, w dal, kula, oszczep, dysk, młot,

**KONKURENCJE OPEN:**

800m, 1500m, trójskok,

**Biegi sztafetowe**- 4 x 100, oraz 4 x 400 kobiet i mężczyzn OPEN

**UWAGA!!!**

Konkurencje zostaną rozegrane pod warunkiem startu minimum 4 zawodników/czek/ oraz czterech sztafet.

**6. WARUNKI UCZESTNICTWA-**

- w zawodach mają prawo startu uczniowie szkół i klubów sportowych.
- zawodnik ma prawo startu w dwóch konkurencjach indywidualnych i sztafecie.
- każdy zawodnik musi posiadać aktualne badania lekarskie

**7. SPOSÓB ROZGRYWANIA KONKURENCJI:**

- w biegach kobiet i mężczyzn – serie na czas
- w konkurencjach technicznych – finał 8 osobowy

**8. PUNKTACJA** - punktacja prowadzona będzie wg. klucza **1m.**-12pkt., **2m.**-10pkt.

**3m.**-8pkt., **4m.**-7pkt., **5m.**-6pkt., **6m.**-5pkt., **7m.**-4pkt., **8m.**-3pkt., **9m.**-2pkt.,

**10m.**-1pkt.

**Suma punktów wyłoni miejsce klubu i powiatu**

**9. NAGRODY**

- zawodnicy za I-III miejsca otrzymują medale
- w punktacji Powiatów i Klubów za I-III wręczone zostaną puchary

**10. ZGŁOSZENIA**

- zgłoszenia imienne na listach należy nadesłać na adres KS AGROS Zamość ul. Królowej Jadwigi 8 /fax. 084 6386679/ e-mail: [agrosks@poczta.onet.pl](mailto:agrosks@poczta.onet.pl) do dnia 10 maja 2013 roku, po tym terminie zgłoszenia nie będą przyjmowane.

**11. ZASADY FINANSOWANIA**

- koszty organizacyjne zawodów ponoszą organizatorzy

- koszty osobowe zawodników zgłaszające jednostki
- Mistrzostwa zostaną zrealizowane przy pomocy środków Urzędu Marszałkowskiego w Lublinie

## 12. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- interpretacja regulaminu należy do Sędziego Głównego i organizatorów
- zawody przeprowadzone będą zgodnie z przepisami PZLA
- pomiar czasu elektroniczny
- jednostki zgłaszające zawodników do zawodów ubezpieczają we własnym zakresie lub mogą ubezpieczać poprzez WZLZS Lublin
- organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za zagubione lub zniszczone rzeczy osobiste uczestników Mistrzostw
- obsadę sędziowską zabezpieczy Okręgowe Kolegium Sędziów LA w Lublinie.

SERDECZNIE ZAPRASZAMY DO WZIECIA UDZIAŁU  
RADA WOJWÓDZKA LZS

### PROJEKT PROGRAMU MINUTOWEGO MISTRZOSTW Woj. LUBELSKIEGO LZS w lekkiej atletyce Zamość 14.05.2013

8.30-10.00	WERYFIKACJA			
10.30	UROCZYSTE OTWARCIE MISTRZOSTW			
10.30		wzwyż K	kula K	młot M
10.45	100m K 96 i mł.			
10.50	100m K 95 i st.			
10.55	100m M 96 i mł.	w dal K		
11.00	100m M 95 i st.			
11.10	400m K 96 i mł.			
11.15	400m K 95 i st.			
11.20	400m M 96 i mł.		kula M	młot K
11.25	400m M 95 i st.			
11.35	1500m K	wzwyż M		
11.45	1500m M			
11.55	800m K	w dal M		
12.05	800m M			dysk M
12.15	200m K 96 i mł.			
12.25	200m K 95 i st.			
12.35	200m M 96 i mł.			
12.45	200m M 95 i st.			dysk K
13.00	4x100m K		oszczep M	
13.10	4x100m M			
13.25	4x400m K		oszczep K	
13.40	4x400m M			
14.00	UROCZYSTE ZAKOŃCZENIE MISTRZOSTW			

#### UWAGA!

- Waga sprzętu do konkurencji rzutowych tylko dla juniorów i juniorów młodszych
- dekoracja zawodników bezpośrednio po zakończonej konkurencji
  - zbiórka zawodników 10 min. przed rozpoczęciem każdej konkurencji przy bramce pod trybunami
  - obowiązuje długość kolców w butach lekkoatletycznych do 6mm
  - program minutowy może ulec zmianie w zależności od ilości zgłoszonych zawodników.