**PODKARPACKI OKRĘGOWY ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI**

email:**biuro@pozla.pl****,** strona internetowa:[**www.pozla.pl**](http://www.pozla.pl)

**HALOWE MISTRZOSTWA
WOJ. PODKARPACKIEGO
U-18 i U-20**





1. **REGULAMIN ZAWODÓW**
2. **ORGANIZATOR:** Podkarpacki Okręgowy Związek Lekkiej Atletyki,
 CWKS Resovia Rzeszów
3. **TERMIN I MIEJSCE:** **20 stycznia 2024** (sobota), **godz. 12:00, chód godz. 11.00**

Rzeszów, Hala LA Uniwersytetu Rzeszowskiego (UCL) - ul. Cicha 2B

1. **PROGRAM ZAWODÓW:** ***KOBIETY:***

**60m, 60m ppł, 200m, 300m, 600m, 800m,1000m, 1500m
w dal, wzwyż, trójskok, kula, chód 3km**

***MĘŻCZYŹNI:*60m, 60m ppł, 200m, 300m, 600m, 800m, 1000m, 1500m
w dal, wzwyż, trójskok, kula, chód 5km**

1. **UCZESTNICTWO:** **W zawodach startują zawodnicy:**
 - posiadający aktualne badania lekarskie
 - aktualną licencję zawodniczą PZLA
 - 2012 i starsi (U-14, U-16, U-18, U-20 i U-23, Senior)

**5. ZGŁOSZENIA:** Obowiązuje wyłącznie system zgłoszeń elektronicznych pod adresem
 <https://starter.pzla.pl/> . System zgłoszeń otwarty **do dnia 18.01.2024
 do godz. 22.00.** Nie ma możliwości dopisywania zawodników poza
 systemem. **Wykreślenia oraz potwierdzenia TOKENEM** do dnia
 **19.01.2024 do godz. 20.00**

**6. FINANSE:** Koszty organizacyjne zawodów pokrywają organizatorzy, koszty

osobowe – zgłaszające kluby lub inne organizacje

Opłata startowa
**–** **20zł** / od zawodnika (kluby woj. Podkarpackiego)

**– 30zł** / od konkurencji (pozostałe kluby)

**Opłata dotyczy zawodników potwierdzonych TOKENEM na TAK oraz niepotwierdzonych TOKENEM.**

 **7.** **NAGRODY:** za miejsca I-III medale

 Konkurencje Mistrzostw woj. Podkarpackiego:

 **U18 – 60m, 60m ppł, 200m, 300m, 600m, 1000m, chód 3km K i 5km M, w dal, wzwyż, trójskok, kula
 U20 – 60m, 60m ppł, 200m, 300m, 800m, 1500m, chód 3km K i 5km M, w dal, wzwyż, trójskok, kula**

**Uwagi:**
• Finały w biegach na 60m K i M dla zawodników woj. Podkarpackiego w kategoriach U18 i U20 oraz Finały A OPEN

• W biegach na 60m ppł rozegrane będą biegi nr 1 i nr 2 – dla woj. Podkarpackiego medale U18 i U20 zostaną przyznane na podstawie wyników biegów nr 1
• Pozostałe biegi odbędą się w seriach na czas
• Obowiązkowe numery startowe.
• Szatnie służą jako przebieralnie (nie są strzeżone)

• Na bieżni przebywają jedynie zawodnicy biorący udział w danym momencie w konkurencji

• Trenerzy zawodników biorących udział w skoku wzwyż, mogą na czas konkursu wejść na bieżnię do strefy dla nich wyznaczonej, ale **TYLKO W OBUWIU ZMIENNYM**
• Komunikat zawodów po mityngu, do pobrania ze strony internetowej POZLA [www.pozla.pl](http://www.pozla.pl/)
• Zgodnie z art. 38 „Ustawy o Sporcie” z 25.06.2010r. obowiązek ubezpieczenia zawodników od NNW należy do klubu, którego zawodnik jest reprezentantem

 