

# PODKARPACKI OKRĘGOWY ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI

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



## XVI MIĘDZYNARODOWE MISTRZOSTWA PRZEMYŚLA



100 POLSKIEGO ZWIĄZKU  
LAT LEKKIEJ ATLETYKI

[www.pzla.pl](http://www.pzla.pl)



[www.pknorlen.pl](http://www.pknorlen.pl)

Wydarzenie dofinansowane ze środków Polskiego Związku Lekkiej Atletyki oraz PKN Orlen

### REGULAMIN ZAWODÓW

- ORGANIZATOR:** Podkarpacki Okręgowy Związek Lekkiej Atletyki,  
UKS Tempo 5 Przemyśl  
Urząd Miasta Przemyśla
- TERMIN I MIEJSCE:** **05.05.2019** (niedziela) – **godz. 14.30**  
Stadion szkolny im. J. Kłymińskiego w Przemyślu ul. Dworskiego 98  
/parkingi – CKZiU nr 1, ul. Dworskiego 100  
lub Żołnierzy i Armii Wojska Polskiego 20/
- PROGRAM ZAWODÓW:**

#### KOBIETY:

**100m** /elim. i finał/, **300m**, **300m** /młodziczki 2004-05/, **300m** /dzieci 2006-07/,  
**800m** /młodziczki 2004-05/, **200m** /młodziczki 2004-05/, **400m – konkurencja memoriałowa**,  
**600m**, **600m** /młodziczki 2004-05/, **600m** /dzieci 2006-07/, **1000m**  
**kula\***, **oszczep\***, **dysk\***, **w dal**, **wzwyż**, **sztafeta 4x100m**

„Bieg na jedno okrążenie” - dzieci rocznik 2008 i młodsi (zgłoszenia na kartkach)

#### MEŹCZYŹNI:

**100m** /elim. i finał/, **300m**, **300m** /młodzicy 2004-05/, **300m** /dzieci 2006-07/,  
**200m** /młodzicy 2004-05/, **600m** /młodzicy 2004-05/, **600m** /dzieci 2006-07/  
**800m - konkurencja memoriałowa**,  
**1000m** /młodzicy 2004-05/,  
**kula\***, **oszczep\***, **dysk\***, **w dal**, **wzwyż**, **sztafeta 4x100m**

„Bieg na jedno okrążenie” – dzieci rocznik 2008 i młodsi (zgłoszenia na kartkach)

We wszystkich konkurencjach indywidualnych za miejsca I-III medale oraz upominki rzeczowe, konkurencje memoriałowe im. Jarosława Kłymińskiego - **400m** oraz **800m** dodatkowe nagrody rzeczowe dla medalistów.

W konkurencjach technicznych\* /starty wg kategorii wiekowych - płotki i rzuty)/  
o kolejności decyduje wynik netto  
200ppł K+M - 76,2cm dobieg 18,29m, między płotkami 18,29m  
Rzuty - ciężar sprzętu wg. kategorii wiekowych

4. **UCZESTNICTWO:** Prawo startu mają zawodnicy posiadający aktualne badania lekarskie. Zawodnik ma prawo startu w nie więcej jak dwóch konkurencjach plus sztafeta. Obowiązują podwójne numery startowe zgodne ze zgłoszeniem.
5. **ZGŁOSZENIA:** obowiązuje system zgłoszeń elektronicznych pod adresem:  
<http://www.domtel-sport.pl/zgloszenia/>  
**system zgłoszeń otwarty jest do godz. 20.00 w dniu 02.05.2019**  
(zgłoszenia w systemie DomTel tylko zawodników z licencjami PZLA)
6. **FINANSE:** Koszty organizacyjne zawodów pokrywają organizatorzy, koszty osobowe – zgłaszające kluby lub inne organizacje,

Istnieje możliwość zamówienia obiadów w przystępnej cenie pod nr tel. 793749595 restauracja CK. Monarchia, ul. Puszkina 18 (400m od stadionu)

**Uwagi:**

- Obowiązkowe numery startowe.
- Program minutowy zostanie podany na stronie POZLA po zamknięciu panelu zgłoszeń
- Komunikat zawodów po mityngu, do pobrania ze strony internetowej POZLA
- Obowiązek ubezpieczenia zawodników od NNW należy do klubu, którego zawodnik jest reprezentantem
- Za aktualne badania lekarskie zawodników odpowiadają uczestniczące kluby