***REGULAMIN***

***IV Halowych Elbląskich Czwartków Lekkoatletycznych***

***Rok 2020 r.***

**ORGANIZATOR**

- Międzyszkolny Ośrodek Sportowy w Elblągu;

- Sportowa Szkoła Podstawowa nr 3 w Elblągu.

**CEL I ZADANIA IMPREZY**

- aktywne spędzenie czasu wolnego przez dzieci w okresie ferii zimowych,

- upowszechnianie lekkiej atletyki w środowisku lokalnym,

- promowanie systematycznej pracy prowadzącej do osiągnięcia wartościowych rezultatów sportowych,

- podnoszenie na wyższy poziom cech motorycznych i umiejętności przydatnych do uprawiania innych

 dyscyplin sportowych w przyszłości,

- kształtowanie nawyków zdrowego trybu życia, pomaganie w utrzymaniu dobrej kondycji psychofizycznej.

**TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW**

Zawody zostaną rozegrane w Elblągu w dniu **30 stycznia 2020 r.** w hali Sportowej Szkoły Podstawowej

nr 3 ( ul. Agrykola 6 ). Początek zawodów - **o godz.** **10.00**.

**PROGRAM ZAWODÓW**

Dziewczęta - bieg 2 x 30 m, 300 m, skok w dal, skok wzwyż,

Chłopcy - bieg 2 x 30 m, 300 m, skok w dal, skok wzwyż,

**UCZESTNICTWO**

 I grupa - rocznik 2007,

 II grupa - rocznik 2008,

 III grupa - rocznik 2009 i młodsi.

**SPOSÓB PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW**

- Dopuszczenie do zawodów nastąpi na podstawie wypełnionej „karty startowej” (załącznik).

- Uczestnik podczas zawodów ma prawo startu w dwóch wybranych konkurencjach (jednej biegowej

 i jednej skocznościowej).

- Na dystansie 30 m każdy zgłoszony uczestnik biega dwa razy; do końcowej klasyfikacji liczy się suma

 czasów z dwóch biegów.

- Dystans biegu na 300 m stanowi 4 okrążenia hali; obowiązuje start z linii wspólnej.

- Początkowe wysokości w skoku wzwyż: dziewczęta – 90 cm, chłopcy – 100 cm.

- W skoku w dal obowiązuje strefa odbicia – 1 m; zawodnicy mają prawo do trzech prób.

- Wszystkie biegi zostaną rozegrane w seriach na czas.

- Nie obowiązuje przepis o pierwszym falstarcie (dyskwalifikacja).

- Konkurencje odbywać się będą według przepisów PZLA.

**SPRAWY FINANSOWE**

- Koszty organizacyjne pokrywają organizatorzy.

- Koszty uczestnictwa w zawodach pokrywają szkoły, organizacje zgłaszające lub rodzice.

**ZGŁOSZENIA**

- Zgoda rodzica lub prawnego opiekuna na udział w zawodach (załącznik).

- Czytelnie wypełnione zgłoszenie do konkurencji – kartka startowa (załącznik).

**NAGRODY**

- Za trzy pierwsze miejsca w danej konkurencji i kategorii wiekowej zawodnicy otrzymują medale.

 Dla wszystkich uczestników przewidziano okolicznościowe dyplomy.

**SPRAWY RÓŻNE**

- Do dyspozycji uczestników udostępnione będą przebieralnie i toalety; za stan pomieszczeń odpowiadają

 korzystający.

- W przebieralni nie pozostawiamy rzeczy osobistych! Rzeczy osobiste pozostawiamy w szatni głównej.

- Opiekunowie szkół i organizacji, a także rodzice zawodników biorących udział w zawodach biorą

 odpowiedzialność za zachowanie i dyscyplinę swoich dzieci i młodzieży oraz za stan zdrowotny

 podopiecznych (brak przeciwskazań lekarskich do udziału w zawodach sportowych).

- Organizatorzy zapewniają opiekę medyczną podczas zawodów.

- Uczestników obowiązuje obuwie i stroje sportowe **(nie można startować w kolcach).**

- Wszelkie sprawy sporne nieujęte w niniejszym regulaminie rozstrzygać będzie sędzia główny zawodów

 i organizatorzy.

- Organizatorzy zastrzegają sobie zmiany w regulaminie mając na celu dobro i bezpieczeństwo

 uczestników oraz sprawny przebieg zawodów.

**WYNIKI**

Prezentowane będą na stronach internetowych: [www.mostruso.pl](http://www.mostruso.pl)

***Zachęcamy do udziału w zawodach dzieci i młodzież z Elbląga i okolic.***

 ***ORGANIZATORZY***