

# KRAKOWSKI OKRĘGOWY ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI

Al. Jana Pawła II 84; 31-579 Kraków, tel./fax (0-12) 641-11-65

E-mail - dział organizacyjny - kozla@pzla.pl, dział szkolenia - kozla.pl@interia.pl

NIP 675-11-89-099 Nr konta: BPH S.A. 81106000760000320000218176

## REGULAMIN IMPREZY

### „KRAKOWSKIE CZWARTKI LEKKOATLETYCZNE 2007”

„Krakowskie Czwartki Lekkoatletyczne” dla dzieci i młodzieży są cyklem imprez realizowanych od wielu lat w systemie rywalizacji indywidualnej dzieci i młodzieży Gminy Kraków. W całym cyklu w 2007 roku odbędzie się dziesięć imprez.

**Terminy w 2007 roku:** 10, 17, 24, 31 maja,  
14, 21 czerwca  
6, 13, 20, 27 września.

**Dzień i godzina rozpoczęcia zawodów: Czwartek - 16.00.**

**Miejsce: stadion WKS Wawel Kraków, ul. Podchorążych 3.**

**Cel:** popularyzacja lekkiej atletyki wśród młodzieży szkolnej Krakowa, zdrowotne aspekty wysiłku fizycznego, zajęcie wolnego czasu spędzanego po szkole. Propozycja realizacji czwartej godziny zajęć z Wychowania Fizycznego poprzez udział w „Krakowskich Czwartkach Lekkoatletycznych”.

**Konkurencje:** Dziewczęta: 60m, 300m, 600m, skok w dal, rzut p.palantową.

Chłopcy: 60m, 300m, 1000m, skok w dal, rzut p.palantową.

**Uczestnicy:** Prawo startu mają wszyscy uczniowie szkół podstawowych i gimnazjalnych. Każdy zawodnik może startować podczas jednych zawodów w dwóch konkurencjach (jednej biegowej i jednej technicznej). W zawodach uczestniczą zawodnicy zgłoszeni przez kluby lub szkoły, posiadający aktualne badania lekarskie (kluby) lub zgodę rodziców (szkoły).

**Podział rywalizacji i punktacja:** Czwartki lekkoatletyczne rozgrywane są z podziałem na płeć (K i M) oraz w trzech grupach wiekowych (Dzieci Młodsze, Dzieci Starsze oraz Gimnazjaliści). Prowadzona będzie punktacja dla trzech w/w grup wiekowych oddzielnie dla dziewcząt i chłopców.

**Nagrody:** do 10 nagród otrzymują uczestnicy wylosowani spośród startujących (do 5 nagród dla dziewcząt i chłopców) w każdym terminie. Losowaniem objęte są wszystkie bloki konkurencji tj. biegowe, skocznościowe i rzutowe.

**Ubezpieczenie:** zgodnie z art. 52 Ustawy o Kulturze Fizycznej z 19.01.1996 r. obowiązek ubezpieczenia zawodników od NW należy do klubu/szkoły, którego zawodnik/uczeń jest reprezentantem.

Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie!

## **PROJEKT PROGRAMU MINUTOWEGO**

### **„KRAKOWSKICH CZWARTKÓW LEKKOATLETYCZNYCH 2007”**

<b>Godz.</b>	<b>Konkurencja biegowa</b>		<b>Konkurencja techniczna</b>		<b>Konkurencja techniczna</b>	
16.00	60 m	DZ	skok w dal	CH	p. palantowa	DZ
16.20	60 m	CH				
<i>16.40</i>	<i>100 m - dodatkowo</i>	<i>DZ</i>			p. palantowa	CH
<i>16.50</i>	<i>100 m - dodatkowo</i>	<i>CH</i>				
17.00	600 m	DZ	skok w dal	DZ		
<i>17.10</i>	<i>600 m - dodatkowo</i>	<i>CH</i>				
<i>17.15</i>	<i>1000 m - dodatkowo</i>	<i>DZ</i>				
17.20	1000 m	CH			<i>konkurencja rzutowa – dod.</i>	<i>DZ</i>
17.30	300 m	DZ				<i>CH</i>
17.45	300 m	CH				

**Zakończenie imprezy i losowanie nagród około godziny 18.00.**

Czas trwania imprezy uzależniony od liczby uczestników.