



MAŁOPOLSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI

Al. Jana Pawła II 84, 31-579 Kraków

tel./fax: 012 641 11 65, e-mail: kozla.pl@interia.pl

konto: Pekao S.A. 67124047191111000051832160

Regulamin Grand Prix PZLA w Biegach Przełajowych 20.03.2010 Kraków

- 1. Kierownictwo:** Małopolski Związek Lekkiej Atletyki.
- 2. Organizator:** Małopolski Związek Lekkiej Atletyki,
31- 579 Kraków, al. Jana Pawła II 84, tel/fax: (0-12) 641-11-65,
e-mail: kozla.pl@interia.pl
- 3. Termin:** 20.03.2010, godzina: 11.00.
- 4. Miejsce:** Obiekty Akademii Wychowania Fizycznego oraz Park Lotników Polskich, Al. Jana Pawła II, dojazd z dworca PKP i PKS tramwajami nr 4, 5 i 15 kierunek Nowa Huta.
- 5. Program zawodów:**
 - **Kobiety** – 3 000 m (3 pętle po 1 000 m)
 - **Mężczyźni** – 4 000 m (4 pętle po 1 000 m)
- 6. Warunki uczestnictwa:** prawo udziału mają zawodnicy posiadający aktualne badania lekarskie.
- 7. Punktacja:** oddzielna klasyfikacja w biegach kobiet i mężczyzn.
Kobiety – I-12, II-9, III-7, IV-5 ..., VIII-1 pkt
Mężczyźni – I-20, II-17, III-15, IV-13, V-11, VI-9, VII-7, VIII-5 ..., XII-1 pkt
Punktacja zgodnie z Terminarzem Imprez i Regulaminem PZLA.
- 8. Punktacja Klubowa:** Punktacja Klubowa zgodnie z Terminarzem Imprez i Regulaminem PZLA.
- 9. Zgłoszenia:** Imienne zgłoszenia na obowiązujących drukach według ustalonego wzoru PZLA (numer startowy, dokładna data urodzenia, dystans) należy przesłać na 2 dni przed terminem imprezy na adres organizatora. Zgłoszenie można również wysłać jako załącznik pocztą elektroniczną na e-mail: **kozla.pl@interia.pl**
- 10. Biuro zawodów i weryfikacja:** Hol Hali do Gier Zespołowych Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie al. Jana Pawła II 78, czynne od godziny 9.00.
- 11. Opłata startowa:** 7 zł od zawodnika
- 12. Nagrody:** w biegach Grand Prix PZLA w kategorii Kobiet i Mężczyzn za I-III miejsce nagrody rzeczowe.
- 13. Ubezpieczenie:** zgodnie z art. 52 Ustawy o Kulturze Fizycznej z 19.01.1996 roku obowiązek ubezpieczenia zawodników od NW należy do klubu, którego zawodnik jest reprezentantem.



MAŁOPOLSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI

Al. Jana Pawła II 84, 31-579 Kraków

tel./fax: 012 641 11 65, e-mail: kozla.pl@interia.pl

konto: Pekao S.A. 67124047191111000051832160

PROGRAM MINUTOWY

GRAND PRIX PZLA W BIEGACH PRZEŁAJOWYCH 20.03.2010

1.	12.25	3000 m	Kobiety	3 pętle
----	-------	--------	---------	---------

2.	12.40	4000 m	Mężczyźni	4 pętle
----	-------	--------	-----------	---------