

REGULAMIN
Mistrzostwa Okręgu U 18, U 20
Regionalna Runda Eliminacyjna Drużynowych Mistrzostw Polski U20.
Kwalifikacje sztafet 4x100 i 4x 400

1. Organizatorem zawodów jest Pomorski Okręgowy Związek Lekkiej Atletyki.
2. Zawody odbędą się w dniu **25. 05. 2019 r. /sobota/** na stadionie w **SŁUPSKU**
Początek zawodów **o godzinie 11,00 młot K i M, tyczka K, o godzinie 11,30 dysk K i M chód K i M,**
pozostałe konkurencje kontynuowane będą **od godziny 13⁰⁰.**
3. **Program zawodów :**
Kobiety 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m, 5000m, 100mppł.,
400mppł.,2000mprz, 4x 100 m, 4 x 400 m ,chód 5000 m i 10 000 m, wzwyż,
tyczka, w dal, trójskok, kula, dysk, młot, oszczep
Mężczyźni 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m, 5000m, 110mppł., 400mppł.,
2000mprz., 4x100m, 4x400 m, chód 10 000m, wzwyż, tyczka, w dal,
trójskok,
kula, dysk, młot, oszczep.
4. Prawo startu w zawodach mają zawodnicy/czki urodzeni w latach **2003-2000 tylko z województwa pomorskiego**
Każdy zawodnik ma prawo startu w dwóch konkurencjach indywidualnych i jednej sztafecie lub w jednej konkurencji indywidualnej i w dwóch sztafetach. Startujący w biegach dłuższych niż 400m mogą dodatkowo wystartować tylko w jednej sztafecie.
Dopuszcza się starty P K, ale tylko i wyłącznie dla kategorii seniorów bez finałów. Młodzicy z województwa pomorskiego mogą startować w konkurencjach skoku o tyczce i rzutu młotem w ramach I rzutu Ligi Młodzików.
5. W biegach na 100 m odbędą się eliminacje (seriami według kategorii) i oddzielne finały A dla juniorów i juniorów młodszych
Do finału kwalifikują się zawodnicy/czki z najlepszymi czasami.
Pozostałe biegi (w tym 100 m P K) odbędą się w seriach na czas.
W finałach konkurencji technicznych prawo startu przysługuje tylko juniorom i juniorom młodszym z klubów województwa pomorskiego.
Poszczególne konkurencje zostaną rozegrane, tylko w przypadku zgłoszenia się na start co najmniej 3 zawodników lub 3 zespołów.
6. Trzy najlepsze wyniki w każdej konkurencji i w poszczególnych kategoriach wiekowych zawodników/czek z klubów województwa pomorskiego będą honorowane medalami.
7. Zgłoszenia - **elektroniczny system zgłoszeń <http://www.domtel-sport.pl/zgloszenia/> w nieprzekraczalnym terminie do dnia 22.05.2019r. /środa do godziny 15.00/.**
8. Koszty organizacyjne zawodów pokrywa Urząd Marszałkowski w Gdańsku, natomiast koszty osobowe zgłaszające kluby.
Opłata startowa wynosi **11,00 zł.** od konkurencji dla zawodników zrzeszonych w klubach województwa pomorskiego a dla pozostałych zawodników opłata za osobo-start wynosi **15,00zł. Program minutowy ukarze się 23.05.2018r.**
Za zgłoszenie zawodnika w dwóch konkurencjach biegowych od 800m wzwyż opłata za pierwszą konkurencję wg regulaminu za następne 20zł
Zawodnikowi, który spóźni się na weryfikację 15' przed startem w konkurencjach biegowych i 20' w technicznych grozi niedopuszczenie do startu w konkurencji.
Za nieterminowe, niepełne lub nieprawidłowe zgłoszenia będzie stosowana kara regulaminowa w wysokości dwukrotnej opłaty startowej od osobo-startu.
9. Każdy zawodnik startujący w zawodach musi być ubezpieczony oraz posiadać aktualne badania lekarskie, i podwójny numer startowy (zgodny ze zgłoszeniem)
Za powyższe odpowiedzialność ponoszą zgłaszające kluby.
10. Pełnomocnikiem Zarządu POZLA na zawodach będzie **Pan Zbigniew Rolbiecki**
11. Funkcję Sędziego Głównego Zawodów pełnić będzie **Pan Mirosław Gintrowicz**
ORGANIZATOR