



W-MZLA.PL

WARMIŃSKO-MAZURSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI

Mityng Otwarcia Sezonu WMZLA 05.05.2024 Olsztyn REGULAMIN

1. Organizatorzy

Warmińsko-Mazurski Związek Lekkiej Atletyki

2. Termin i miejsce

05.05.2024 (niedziela) - Stadion UWM w Kortowie Oczapowskiego 12 o godzinie 12.00

3. Program

Kobiety: 100m, 150m, 200m, 300m, 400m, 600m, 1000 m, 4x100m,
80pł, 300 pł, wżwyż, kula 2/3/4kg, dysk 0,75/1kg, oszczep 400g/500g/600g,

Mężczyźni: 100m, 150m, 200m, 300m, 400m, 600m, 1000m, 3000m, 4x100m,
300pł, wżwyż, kula 4/5/6/7.26kg, dysk 1/1.5/1.75/2kg, oszczep 500/600/700/800g

4. Warunki uczestnictwa

Do udziału w zawodach uprawnieni są zawodnicy urodzeni w latach 2012 i starsi, posiadający aktualne badania lekarskie lub zaświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uprawiania lekkiej atletyki.

Każdy zgłoszony zawodnik musi podać numer startowy.

5. Zawody zostaną rozegrane zgodnie z regulaminem PZLA.

Biegi zostaną rozegrane w seriach na czas.

6. Zgłoszenia do dnia **02.05.2024** do godziny **21.00**.

Potwierdzenia startów **TOKENEM** do dnia **04.05.2024** do godziny 18.00.

Brak potwierdzenia TOKENEM = WYKREŚLENIE ZAWODNIKA Z LIST STARTOWYCH.

7. Opłata startowa: 30.00 zł od zgłoszonego zawodnika.

Płatne w dniu mityngu w biurze zawodów do godziny 14.00.

8. Ubezpieczenie.

Każdy zawodnik startujący w zawodach musi być posiadać aktualne ubezpieczenie. Organizator nie ubezpiecza uczestników.

Za ubezpieczenie zawodników odpowiedzialne są zgłaszające kluby.

9. Kontakt z organizatorem: wmlza@pzla.pl



www.pzla.pl



www.pknorlen.pl



W-MZLA.PL

WARMIŃSKO-MAZURSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI

Kolejność rozgrywanie konkurencji – **propozycja!**

	BIEGI	ilość	serie	SKOKI	RZUTY
12.00					DYSK K i M
12.30	300 płotki K				
	300 płotki M				
	4x100 K				
	4x100 M				
	3000m M			Wzwyż K i M	
	80pł K				
	100m K				
	100m M				Oszczep K 400,500, 600
	600m K				Oszczep M 600,700,800
	600m M				
	1000m K				
	1000m M				
	150m K				Kula K 4g
	150m M				Kula K 3kg
	400m M				Kula K 2kg
	400m K				
	300m M				
	300m K				
	200m K				
	200m M				Kula M 4kg
					Kula M 5kg
					Kula M 6kg
					Kula M 7.26kg

UWAGA!

Kolejność rozgrywania konkurencji może ulec zmianie po weryfikacji zgłoszeń.



www.pzla.pl



www.pknorlen.pl