1. **R E G U L A M I N**

**MISTRZOSTWA OKRĘGU LDK! U10, U 12, U 14**

**Słupsk 30.09.2025**

1. Organizatorem zawodów jest Pomorski Okręgowy Związek Lekkiej Atletyki w Gdańsku.

2. Zawody odbędą się w dniu **30.09.2025** r. /**wtorek/** godz. 11 na stadionie: **SOSiR Słupsk**

3.Program zawodów:

**U10 – ( rocznik 2016-2017 ) 60m, 300m, skok w dal, rzut piłeczką palantową.**

**U12 (2015 - 2014) dz i ch**

**60m, 300m, 600m, w dal strefa, rzut piłeczką palantową 80g**

**U14 (2013 - 2012)**

**Dz: 60m, 300m, 600m, 1000, skok w dal strefa, skok wzwyż, rzut piłeczką palantową 150g, rzut**

**oszczepem 400g, pchnięcie kulą 2kg,**

**Ch: 60m, 300m, 600, 1000m, skok w dal strefa, skok wzwyż, rzut piłeczką palantową 150g, rzut**

**oszczepem 500g, pchnięcie kulą 4kg,**

**ZA TRZY PIERWSZE MIEJSCA W KONKURENCJACH INDYWIDUALNYCH ZAWODNICY OTRZYMAJĄ PAMIĄTKOWE MEDALE**

4. **Konkurencje indywidualne zostaną przeprowadzone w przypadku zgłoszenia się na starcie co najmniej 3 zawodników/czek**

5. Zgłoszenia **elektroniczny system zgłoszeń** [**http://www.domtel-sport.pl/zgloszenia/**](http://www.domtel-sport.pl/zgloszenia/) **- dotyczy KLUBÓW do dnia 27.09.2025 do godziny 20.00.**

6. Koszty organizacyjne zawodów ze środków sponsorskich ORLEN , koszty osobowe zgłaszające kluby.

7. Każdy zawodnik startujący w zawodach musi być ubezpieczony oraz posiadać aktualne badania lekarskie jak również podwójny numer startowy zgodny ze zgłoszeniem.

Za powyższe odpowiedzialność ponoszą zgłaszające klub.

8. Pełnomocnikiem Zarządu POMOZLA na zawodach będzie Bernadeta Kopeć

9. Funkcję Sędziego Głównego Zawodów pełnić będzie Mirosław Gintrowicz

**W uzasadnionych przypadkach czas rozpoczęcia, kolejność rozgrywania konkurencji oraz program zawodów może ulec zmianie, o czym decydują wspólnie: sędzia główny zawodów i pełnomocnik Zarządu POMOZLA.   
 ORGANIZATOR**