



MAŁOPOLSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI

Al. Jana Pawła II 80/701, 31-571 Kraków, tel. 507-018-608

www.lekkoatletyka.net.pl , e-mail: kozla.pl@interia.pl

konto: Pekao S.A. 67124047191111000051832160



CZwartKI LEKKOATLETYCZNE 2014



Urząd Miasta Krakowa - Wydział Sportu, Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego oraz Małopolski Związek Lekkiej Atletyki pragnie zaprosić na „**Czwartki Lekkoatletyczne**”.

Terminy Czwartków Lekkoatletycznych 2014:

15 i 29 maja, 12 czerwca, 11, 18 i 25 września

Dzień i godzina rozpoczęcia: Czwartek - 16.00.

Miejsce: stadion AWF Kraków, al. Jana Pawła II 78

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

Konkurencje: Dz - 60m, 300m, 600m, skok w dal, rzut p. palantową.

Ch - 60m, 300m, 1000m, skok w dal, rzut p. palantową.

Uczestnicy: Prawo startu mają wszyscy uczniowie szkół podstawowych i gimnazjalnych. W zawodach uczestniczą zawodnicy zgłoszeni przez kluby lub szkoły, posiadający aktualne badania lekarskie (kluby) lub zgodę rodziców (szkoły).

Podział rywalizacji: Czwartki lekkoatletyczne są rozgrywane z podziałem na płeć (K i M) oraz z podziałem na kategorie wiekowe:

I grupa wiekowa rocznik 1998,

II grupa wiekowa rocznik 1999-2000,

III grupa wiekowa rocznik 2001,

IV grupa wiekowa rocznik 2002,

V grupa wiekowa rocznik 2003

VI grupa wiekowa rocznik 2004 i młodsi.

Nagrody: otrzymują uczestnicy wylosowani spośród startujących uczniów w poszczególnych grupach wiekowych (do 20 nagród dla dziewcząt i chłopców) w każdym terminie. Losowaniem są objęte wszystkie bloki konkurencji tj. biegowe, skocznościowe i rzutowe.

Ubezpieczenie: zgodnie z art. 38 „Ustawy o sporcie” z 25.06.2010 roku obowiązek ubezpieczenia zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków należy do klubu, którego zawodnik jest członkiem.



MAŁOPOLSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI

Al. Jana Pawła II 80/701, 31-571 Kraków, tel. 507-018-608

www.lekkoatletyka.net.pl , e-mail: kozla.pl@interia.pl

konto: Pekao S.A. 67124047191111000051832160



PROJEKT PROGRAMU MINUTOWEGO CZWARTKÓW LEKKOATLETYCZNYCH 2014



Konkurencja biegowa			Konkurencja techniczna					
Godz.			Godz.			Godz.	Konkurencja techniczna	
16.00	60 m	DZ	16.00	Skok w dal ze strefy	CH	16.00	Rzut p.palantową	DZ
16.30	60 m	CH	- 16.45			16.00 - 16.45		
17.00	600 m	DZ	17.00 - 17.45	Skok w dal ze strefy	DZ	17.00 - 17.45	Rzut p.palantową	CH
17.10	1000 m	CH						
17.20	300 m	DZ						
17.40	300 m	CH						

Rywalizacja w konkurencjach biegowych od najmłodszych roczników do najstarszych.

Do konkurencji rzutowych i skocznościowych zapraszamy zawodników na miejsce rozgrywania konkurencji i zapisanie się na listę startową w określonych godzinach:

- 15.45-16.00 – skok w dal Chłopców i rzut piłeczką palantową Dziewcząt
- 16.45-17.00 – skok w dal Dziewcząt i rzut piłeczką palantową Chłopców

Zakończenie imprezy i losowanie nagród około godziny 18.00.

Czas trwania imprezy uzależniony od liczby uczestników.