 **MIĘDZYSZKOLNY OŚRODEK SPORTOWY KRAKÓW-WSCHÓD**

**Adres: Centrum Rozwoju Com Com Zone**

**ul. Ptaszyckiego 6 – P 09, 31 – 979 Kraków**

**tel/fax: 12 685 58 25, email:** [**biuro@kom.krakow.pl**](mailto:biuro@kom.krakow.pl)

**www.kom.krakow.pl**

**Kraków, 04.04.2016r.**

**KOMUNIKAT KOM 2015/2016**

**Dotyczy: Wiosenne Indywidualne Biegi Przełajowe w ramach**

**KRAKOWSKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY - LICEALIADA**

**TERMIN : 13.04.2016r. (ŚRODA ) .**

**MIEJSCE : Boiska piłkarskie przy COM COM ZONE ul. Ptaszyckiego 6.**

**UCZESTNICY :**

Uczennice i uczniowie szkół ponadgimnazjalnych:

1 grupa wiekowa – rocznik 1999,

2 grupa wiekowa – rocznik 1998,

3 grupa wiekowa – rocznik 1997 – 96.

**PROGRAM ZAWODÓW :**

**Godz. 12.15** **- otwarcie zawodów, omówienie regulaminu i tras biegów**

**12.30** - bieg indywidualny na 1000 m dziewcząt - rocznik 1999,

**ok. 12.40** - bieg indywidualny na 1000 m dziewcząt - rocznik 1998,

**ok. 12.50** - bieg indywidualny na 1000 m dziewcząt - rocznik 1997-1996,

**ok. 13.00** - bieg indywidualny na 1500 m chłopców - rocznik 1999,

**ok. 13.10** - bieg indywidualny na 1500 m chłopców - rocznik 1998,

**ok. 13.20** - bieg indywidualny na 1500 m chłopców - rocznik 1997-1996.

**ok. 13.45 – wręczenie nagród – dziewczęta i chłopcy, zakończenie zawodów.**

**REGULAMIN :**

**1. Listę startujących na obowiązkowym wzorze dołączonym do komunikatu** – należy złożyć na 15 min.

przed pierwszym biegiem.

**Uwaga! Zgłoszenia wypisane nieczytelnie i na innych formularzach bezwzględnie nie będą respektowane!**

2. Obowiązuje limit startujących. W każdym biegu Szkoła może wystawić **maksymalnie 3 uczestników.**

**Uczestnicy muszą posiadać aktualną legitymację szkolną.**

**3. W poszczególnych biegach udział biorą uczestnicy tylko określonych roczników! UWAGA! W danym biegu**

**nie mogą startować ani uczestnicy młodsi ani starsi!**

4. Zawody mają charakter mistrzowski, obowiązuje więc bezwzględny ZAKAZ STARTU innych uczestników

poza konkursem! **WAŻNE!** **Szkoły, które nie dostosują się do tego wymogu, zostaną ukarane dyskwalifikacją**

**drużynową i indywidualną poszczególnych zawodników oraz nie zostaną im przyznane punkty do**

**współzawodnictwa.**

5. Wszyscy startujący przygotowują we własnym zakresie karty startowe, na których należy wypisać

następujące dane **: nazwisko i imię, rok urodzenia, nazwę szkoły** (napisać pismem drukowanym -

czytelnie !). Orientacyjny wymiar karty startowej: 10 x 10cm.

6. Punktacja drużynowa do współzawodnictwa liczona będzie w następujący sposób:

- pierwszy zawodnik 21pkt, drugi – 20pkt, trzeci – 19pkt itd. 20 zawodnik – 2pkt, każde następne miejsce 1pkt

- suma punktów uzyskanych przez wszystkich startujących w danej szkole zawodników decydować

będzie o zajętym przez szkołę miejscu. Czym więcej zdobytych punktów tym wyższa lokata.

7. Zabrania się startu w obuwiu z kolcami !

8. Uczestnicy Krakowskiej Olimpiady Młodzieży są ubezpieczeni od nieszczęśliwych wypadków w ramach

szkolnej polisy ubezpieczeniowej (szkolne ubezpieczenie NNW) na każdym etapie prowadzonej, sportowej

rywalizacji – eliminacje i finały miejskie KOM.

9. Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do organizatorów.