



IOSiR

**AKADEMIA NAUK
STOSOWANYCH
W TARNOWIE**

**KU AZS PWSZ TARNÓW
sekcja LEKKIEJ ATLETYKI**

oraz

**Tarnowski Ośrodek Sportu i Rekreacji
zaprasza na**

„CZWARTKI LEKKOATLETYCZNE”

startujemy już

12 maja 2022, godz. 16⁰⁰-18⁰⁰

**stadion lekkoatletyczny im. Emila Wzorka,
ul. Piłsudskiego 32, Tarnów**

**Medale i dyplomy dla
każdego uczestnika!**

**Nagrody i upominki dla
najlepszych!**

**KATEGORIE WIEKOWE DLA
DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW:**

- 2015-2014
- 2013-2012
- 2011-2010
- 2009-2008
- 2007

KONKURENCJE:

**60m, 300m, 600m,
skok w dal,
skok wzwyż,
rzut p.palantowa,
pchnięcie kula,**

TERMINY ZAWODÓW:

→12.05.2022r*

→26.05.2022r*

→09.06.2022r*

→18.06.2022r*

*szczegóły w regulaminie

BIEGAJ !

SKACZ !

RZUCAJ !

Bezpłatne zapisy w dniu zawodów!

zawody odbywać się będą bez względu na warunki atmosferyczne

Kontakt: 502424357, 669544911



KU AZS PWSZ TARNÓW sekcja LEKKIEJ ATLETYKI
oraz
Tarnowski Ośrodek Sportu i Rekreacji

„CZWARTKI LEKKOATLETYCZNE”

REGULAMIN

Organizator: KU AZS PWSZ w Tarnowie, Tarnowski Ośrodek Sportu i Rekreacji.

Terminy i godziny: CZWARTKI 12 maj, 26 maj, 9 czerwiec godz. 16.00-18.00

FINAŁ „CZWARTKÓW LEKKOATLETYCZNYCH” 18 czerwca 2022r podczas VI Otwartych Mistrzostw Tarnowa w LA – Sokół Cup – start najlepszych zawodników z poszczególnych konkurencji wytypowanych przez Organizatora.

Miejsce: stadion lekkoatletyczny im. E.Wzorka ul. Piłsudskiego 32, Tarnów

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

Konkurencje: **Dziewczęta:** 60m, 300m, 600m, skok w dal, skok wzwyż, rzut p. palantową, pchnięcie kulą.

Chłopcy: 60m, 300m, 600m, skok w dal, skok wzwyż, rzut p. palantową, pchnięcie kulą.

W konkurencjach technicznych 3 próby.

Możliwość rozegrania dodatkowych konkurencji na wniosek uczestników.

Uczestnicy: Prawo startu mają wszyscy uczniowie Szkół Podstawowych oraz młodsi. W zawodach uczestniczą zawodnicy zgłoszeni przez kluby, szkoły lub rodziców 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 roczniki 2015-2014 - możliwość startu tylko w 1 konkurencji 60m lub 300m
- II grupa wiekowa roczniki 2013-2012 - możliwość startu tylko w 1 konkurencji 60m lub 300m
- III grupa wiekowa roczniki 2011 - 2010 - możliwość startu w 2 konkurencjach: 60m, 300m, 600m, skok w dal, skok wzwyż, rzut p. palantową.
- IV grupa wiekowa roczniki 2009 - 2008 - możliwość startu w 2 konkurencjach: 60m, 300m, 600m, skok w dal, skok wzwyż, rzut p. palantową lub pchnięcie kulą 2kg dz., 3kg chł.

- V grupa wiekowa roczniki 2007 - możliwość startu w 2 konkurencjach: 60m, 300m, 600m, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą 3kg dz., 5kg chł.

Nagrody: dla wszystkich startujących medale i dyplomy, dla najlepszych uczniów nagrody i upominki.

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.

Inne: Udział w „CZWARTKACH LEKKOATLETYCZNYCH” oznacza akceptację niniejszego Regulaminu oraz wiąże się z przekazaniem uzupełnionej ZGODY na wykorzystanie wizerunku uczestnika imprezy w materiałach promocyjnych organizatora oraz udziału w zawodach. **Po zakończeniu trzeciej edycji (9.06.2022r) wytypowani zostaną najlepsi uczniowie, którzy wezmą udział w FINALE 18 czerwca 2022r podczas VI Otwartych Mistrzostw Tarnowa w LA – Sokółów Cup!!!**

Interpretacja Regulaminu oraz kwestie sporne rozstrzyga Organizator.

PROJEKT PROGRAMU MINUTOWEGO

| KONKURENCJE BIEGOWE | KONKURENCJE SKOCZNOŚCIOWE | KONKURENCJE RZUTOWE |
|------------------------|------------------------------|-------------------------------------|
| 16.00 – 60m dziewcząt | 16.00 – skok w dal chłopców | 16.00 – rzut p. palantową chłopców |
| 16.30 – 60m chłopców | 17.00 – skok w dal dziewcząt | 16.30 – rzut p. palantową dziewcząt |
| 17.00 – 600m dziewcząt | 16.30 – skok wzwyż dziewcząt | 16.00 – pchnięcie kulą chłopców |
| 17.15 – 600m chłopców | 17.00 – skok wzwyż chłopców | 16.30 – pchnięcie kulą dziewcząt |
| 17.30 – 300m dziewcząt | | |
| 17.45 – 300m chłopców | | |

Zapisy w konkurencjach biegowych po przebiegnięciu linii Mety na listy komisji biegowej. Zapisy do konkurencji rzutowych i skocznościowych na 10 minut przed rozpoczęciem konkurencji na listy w miejscu rozgrywania konkurencji.

Czas trwania imprezy uzależniony od liczby uczestników.

Szczegółowych informacji udziela Organizator:

Jarosław Wałaszek Tel. 502424357, Marta Stawarz Tel. 669544911



**Tarnowski Ośrodek
Sportu i Rekreacji**



AKADEMIA NAUK
STOSOWANYCH
W TARNOWIE

TOSiR Tarnowski Ośrodek
Sportu i Rekreacji

Zgoda rodziców/opiekunów na udział dziecka w „CZWARTKACH LEKKOATLETYCZNYCH”

Imię i Nazwisko dziecka

Adres tel.kontaktowy.....

PESEL dziecka

Oświadczenie

Wyrażam zgodę na udział syna/córki
w zawodach sportowych w dniu.....

Jednocześnie oświadczam, że dziecko nie ma przeciwwskazań zdrowotnych na udział w imprezie sportowej. Wyrażam zgodę na przeprowadzenie wszelkich niezbędnych zabiegów lub operacji w stanach zagrażających życiu lub zdrowiu mojego dziecka. W razie decyzji lekarskiej o hospitalizacji, zobowiązuję się do odbioru dziecka ze szpitala

.....
Data/podpis rodzica/opiekuna



AKADEMIA NAUK
STOSOWANYCH
W TARNOWIE

TOSiR Tarnowski Ośrodek
Sportu i Rekreacji

Zgoda rodziców/opiekunów na udział dziecka w „CZWARTKACH LEKKOATLETYCZNYCH”

Imię i Nazwisko dziecka

Adres tel.kontaktowy.....

PESEL dziecka

Oświadczenie

Wyrażam zgodę na udział syna/córki
w zawodach sportowych w dniu.....

Jednocześnie oświadczam, że dziecko nie ma przeciwwskazań zdrowotnych na udział w imprezie sportowej. Wyrażam zgodę na przeprowadzenie wszelkich niezbędnych zabiegów lub operacji w stanach zagrażających życiu lub zdrowiu mojego dziecka. W razie decyzji lekarskiej o hospitalizacji, zobowiązuję się do odbioru dziecka ze szpitala

.....
Data/podpis rodzica/opiekuna