



## REGULAMIN

### 38. PZLA MISTRZOSTW POLSKI U23

#### 1. Kierownictwo

Polski Związek Lekkiej Atletyki

#### 2. Termin i miejsce

24-25 lipca 2021, stadion lekkoatletyczny Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach, ul. Wojska Polskiego 17.

#### 3. Gospodarz

Suwałki - [www.um.suwalki.pl](http://www.um.suwalki.pl)

#### 4. Organizator

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach, ul. Wojska Polskiego 2, 16-400 Suwałki

tel.: 87 566 3282, e-mail: sekretariat@osir.suwalki.pl

#### 5. Konkurencje

Kobiety: 100, 200, 400, 800, 1 500, 100ppł, 400ppł, 3 000prz, 4x100, 4x400,

wzwyż, tyczka, w dal, trójskok, kula, dysk, młot, oszczep

Mężczyźni: 100, 200, 400, 800, 1 500, 110ppł, 400ppł, 3 000prz, 4x100, 4x400,

wzwyż, tyczka, w dal, trójskok, kula, dysk, młot, oszczep

Konkurencje rozgrywane w innych terminach:

SSM	10 000 m	24 kwietnia	Goleniów
SSM	5 000 m	5 czerwca	Piaseczno
SSM	sztafeta 4 x 400 mix	12 czerwca	Łódź
	sztafety nieolimpijskie	12-13 czerwca	Łódź
SSM	wieloboje	26-27 czerwca	Warszawa
SSM	chód 20 km	4 września	Gdańsk

#### 6. Warunki uczestnictwa

W 38. PZLA Mistrzostwach Polski U23 prawo startu mają zawodnicy urodzeni w latach 1999-2001 posiadający ważną na sezon 2021 licencję zawodniczą wystawioną przez Polski Związek Lekkiej Atletyki.

Start w 38. PZLA Mistrzostwach Polski U23 zgodnie z poniższymi zasadami:

- zawodnicy, którzy uzyskali wskaźnik wynikowy osiągnięty w sezonie halowym 2021 (rezultaty uzyskane w Polsce w halach ze świadectwem PZLA lub na mityngach z kalendarzy EA lub/i WA), letnim 2020 lub 2021 do dnia 11.07.2021 na zawodach kalendarzowych lub na mityngach z kalendarzy EA lub/i WA posiadając ważną licencję PZLA.
- zgodnie z limitem liczby uczestników. Podstawą umieszczenia na liście rankingowej PZLA Mistrzostw Polski U23 jest uzyskanie wyniku, który został osiągnięty w sezonie halowym 2021 (rezultaty uzyskane w Polsce w halach ze świadectwem PZLA lub na mityngach z kalendarzy EA lub/i WA), letnim 2020 lub 2021 do dnia 11.07.2021 na zawodach kalendarzowych lub na mityngach z kalendarzy EA lub/i WA posiadając ważną licencję PZLA.

W zawodach Systemu Sportu Młodzieżowego prowadzonych przez Ministerstwo Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu mogą uczestniczyć zawodnicy posiadający:

- numer PESEL zgodnie z przepisami ustawy z dnia 24 września 2010 r. o ewidencji ludności (tekst jednolity Dz. U. z 2019 r. poz. 1397) lub serię i numer paszportu kraju członkowskiego Unii Europejskiej,
- licencję zawodniczą wystawioną przez Polski Związek Lekkiej Atletyki potwierdzającą uczestnictwo zawodnika we współzawodnictwie sportowym organizowanym przez PZLA,
- aktualne orzeczenie lekarskie o zdolności do uprawiania lekkiej atletyki.

Zawodnicy z kategorii wiekowej U23 w ramach SSM mają prawo startu w trzech konkurencjach.

Punktacja w kategorii U23 w ramach SSM obejmuje najwyższej punktowane miejsca zawodnika maksymalnie w trzech konkurencjach.

Zawodnicy zgłoszeni do biegów rozstawnych mają prawo do uczestnictwa w biegach poza konkursowych na 100 m i 400 m.





## REGULAMIN

### 38. PZLA MISTRZOSTW POLSKI U23

Zasady udziału i wskaźniki na 38. PZLA Mistrzostwa Polski U23:

Kobiety		Konkurencja	Mężczyźni	
PZLA MP U23 Wskaźnik	Start		PZLA MP U23 Wskaźnik	Start
12.10	32	100 m	10.80	32
24.75	24	200 m	21.90	24
56.80	24	400 m	49.20	24
2:14.00	20	800 m	1:52.20	20
4:33.00	16	1500 m	3:51.80	16
14.80	16	100/110 m ppł.	16.20	16
63.00	16	400 m ppł.	55.60	16
11:30.00 (7:30.00)	16	3000 m prz. (2000 prz.)	10:00.00 (6:10.00)	16
1.64	16	Wzwyż	1.98	16
3.00	16	Tyczka	4.00	16
5.65	16	W dal	6.90	16
11.60	16	Trójskok	13.80	16
12.00	16	Kula	15.00	16
35.00	16	Dysk	40.00	16
40.00	16	Młot	50.00	16
40.00	16	Oszczep	56.00	16

Legenda zasad kwalifikacji do udziału w 38. PZLA Mistrzostwach Polski U23:

Wskaźnik	wynik z sezonu halowego 2021, letniego 2020 lub 2021 zapewniający start
Start	planowana maksymalna liczba uczestników rywalizacji

Na podstawie zgłoszeń zgodnie z limitem liczbowym w każdej konkurencji indywidualnej zostanie utworzona lista rankingowa zawodników zakwalifikowanych do udziału w 38. PZLA MP U23.

W biegu na 3000 m z przeszkodami w pierwszej kolejności prawo startu mają zawodnicy posiadający wskaźnik wynikowy na dystansie 3000 m z przeszkodami, a następnie na 2000 m z przeszkodami. Lista rankingowa zawodników zakwalifikowanych do udziału w 38. PZLA MP U23 zostanie utworzona również wg. powyższej zasady.

Zawodnicy nie mieszczący się w limicie liczbowym 38. PZLA MP U23 w poszczególnych konkurencjach będą zawodnikami rezerwowymi (możliwy udział w przypadku rezygnacji zakwalifikowanego zawodnika).

Decyzją pionu szkolenia Polskiego Związku Lekkiej Atletyki do startu mogą zostać dodatkowo dopuszczeni zawodnicy nie spełniający powyższych warunków udziału w 38. PZLA Mistrzostwach Polski U23.

Kwalifikacja dodatkowych zawodników nie spełniających ww. warunków udziału w 38. PZLA Mistrzostwach Polski U23 nie wpłynie na zmniejszenie liczby zakwalifikowanych zawodników.

#### 7. Zasady rozgrywania konkurencji

W biegach na 100, 100/110 metrów przez płotki odbędą się eliminacje oraz finał.

W pozostałych biegach od razu finały lub serie na czas.

W konkurencjach technicznych rozegrane zostaną wyłącznie finały.





## REGULAMIN

### 38. PZLA MISTRZOSTW POLSKI U23

Zasady awansu do finałów (Q-awans miejscem, q-awans czasem):

w przypadku II serii: 3Q + 2q

w przypadku III serii: 2Q + 2q

w przypadku IV serii: 1Q + 4q

Kolejność biegów w seriach eliminacyjnych jest losowana, a zawodnicy z jednego klubu będą w miarę możliwości rozstawiani w różnych biegach eliminacyjnych.

Kolejność biegów w seriach na czas rozgrywana będzie wg następujących zasad:

- na 200m, 400m i 400m ppł. - od najstarszej do najlepszej,
- na 800m – od najlepszej do najstarszej.

Rozstawienie w indywidualnych konkurencjach biegowych na podstawie regulaminowych wyników uzyskanych w bieżącym sezonie letnim na imprezach kalendarzowych PZLA lub na mityngach z kalendarzy EA lub/i WA rozegranych do 18.07.2021 r.

Pełna informacja zasad rozgrywania konkurencji zostanie określona w Informacji Technicznej imprezy.

#### 8. Podział konkurencji na dni

Sobota 24 lipca	Kobiety:	100, 400, 800, 100 ppł., 3 000 prz., trójskok, wzwyż, tyczka, młot, kula, oszczep
	Mężczyźni:	100, 400, 800, 110 ppł., 3 000 prz., trójskok, kula, oszczep
Niedziela 25 lipca	Kobiety:	200, 1 500, 400 ppł., 4x100, 4x400, w dal, dysk
	Mężczyźni:	200, 1 500, 400 ppł., 4x100, 4x400, w dal, wzwyż, tyczka, dysk, młot

#### 9. Punktacja SSM

Punktuje się 8 miejsc wg. zasady: I-25; II-21; III-18; IV-16; V-14; VI-12; VII- 10; VIII-8.

#### 10. Podziały punktów

Wnioski o podział punktów należy składać do PZLA (podzial@pzla.pl) do dnia 15 lipca 2021 r., do godziny 15:00.

#### 11. Nagrody

Za zajęcie miejsc 1-3 zawodnicy otrzymują medale.

#### 12. Obuwie startowe

Obowiązkiem każdego zawodnika jest wskazanie obuwia startowego w którym zawodnik planuje start (możliwość wskazania większej liczby butów startowych).

Wskazanie obuwia startowego zgodnie z bieżącą listą zatwierdzoną przez World Athletics.

Obowiązujące maksymalne grubości podeszwy:

- konkurencje techniczne (z wyłączeniem trójskoku): 20mm,
- trójskok: 25mm
- konkurencje biegowe do 800 m (z wyłączeniem 800m): 20mm\*
- konkurencje biegowe od 800 m (wraz z dystansem 800m): 25mm\*

\* - W przypadku biegów sztafetowych rozgrywanych na bieżni, maksymalną grubość podeszwy określa się na podstawie dystansu jaki zawodnik ma do przebiegnięcia podczas swojej zmiany.

Komunikat PZLA dotyczący obuwia: [www.pzla.pl/aktualnosci/12110-komunikat-dotyczacy-obuwia](http://www.pzla.pl/aktualnosci/12110-komunikat-dotyczacy-obuwia)

#### 13. Zgłoszenia zawodników

Do 38. PZLA Mistrzostw Polski U23 obowiązuje wyłącznie system „Starter PZLA”.

System zgłoszeń otwarty będzie od dnia 28 czerwca 2021, do godziny 17:00 w dniu 15 lipca 2021.





## REGULAMIN

### 38. PZLA MISTRZOSTW POLSKI U23

Dopuszczenie do startu zawodnika zgłoszonego po terminie jest możliwe wyłącznie po uzyskaniu zgody PZLA. Zgłoszenie takie należy przesać drogą mailową na adres mistrzostwapolski@pzla.pl z załączonym potwierdzeniem dokonania płatności za zgłoszenie po terminie, w wysokości:

- 500 zł za każdą konkurencję indywidualną i sztafetę (dotyczy osobostartu),
- 100 zł za każdego członka zespołu sztafetowego.

Przesłanie zgłoszenia wraz z potwierdzeniem dokonania płatności nie zobowiązuje PZLA do wyrażenia zgody na start zawodnika zgłoszonego po terminie. W przypadku niedopuszczenia zawodnika do startu opłata za zgłoszenie po terminie nie będzie zwracana.

#### 14. Zgłoszenia szkoleniowców

Do 38. PZLA Mistrzostw Polski U23 obowiązuje wyłącznie system „Starter PZLA”.

System zgłoszeń otwarty będzie od dnia 28 czerwca 2021, do godziny 17:00 w dniu 15 lipca 2021.

W systemie można zgłosić tylko szkoleniowców z ważnymi licencjami PZLA. Zgłoszenie jest obowiązkowe. Przedstawiciele klubów, którzy nie dopełnią formalności nie będą uprawnieni do wejścia do poszczególnych stref rozgrywania 38. PZLA Mistrzostw Polski U23.

#### 15. Weryfikacja – potwierdzenia i skreślenia zawodników

Na 38. PZLA Mistrzostwach Polski U23 będzie prowadzone elektroniczne potwierdzenie startu z użyciem TOKENA.

TOKEN można pobrać w panelu klubowym systemu „Starter PZLA” i przekazać przedstawicielowi klubu.

Po zalogowaniu się z użyciem TOKENA można potwierdzić start wybierając TAK lub dokonać wykreślenia wybierając NIE.

Potwierdzenia startu zawodników i zawodniczek należy dokonać WYŁĄCZNIE elektronicznie.

Potwierdzenie lub skreślenie zawodników należy dokonać w następującym terminie i do wyznaczonej godziny:

- ✓ dla startujących w dniu 24 lipca do 23 lipca (piątek) do godziny 18:00,
- ✓ dla startujących w dniu 25 lipca do 24 lipca (sobota) do godziny 18:00,

Klub potwierdzając start zawodnika w zawodach oświadcza, że:

- ✓ zawodnik jest zdrowy i w dniu potwierdzenia udziału w zawodach nie ma objawów COVID-19,
- ✓ zawodnik nie zamieszkiwał z osobą przebywającą na kwarantannie i nie miał kontaktu z osobą podejrzaną o zakażenie w okresie 10 dni przed udziałem w zawodach,
- ✓ zawodnik został zapoznany oraz jest świadom obowiązku stosowania się do wytycznych uczestnictwa w zawodach sportowych w czasie epidemii lub zagrożenia epidemicznego COVID-19.

Brak elektronicznego potwierdzenia startu z użyciem TOKENA w wyznaczonych terminach będzie skutkować automatyczną weryfikacją na NIE oraz skreśleniem zawodnika z list startowych.

Rezygnacja ze startu po wyznaczonych terminach elektronicznego potwierdzenia startu z użyciem TOKENA nie umożliwia startu kolejnym zawodnikom rezerwowym.

Ponowne zgłoszenie zawodnika zweryfikowanego z użyciem TOKENA na NIE wiąże się z opłatą regulaminową jak za zgłoszenie po terminie.

Na 75 minut przed wyprowadzeniem sztafety przedstawiciel Klubu zobligowany jest do potwierdzenia składu zespołu w wyznaczonym miejscu (miejsce wskazane zostanie w Informacji Technicznej).

#### 16. Procedura pracy bramki zawodniczej - wyprowadzenie zawodników (call room)

Bramka zlokalizowana będzie przy wyjściu z boiska rozgrzewkowego.

Limit czasu stawiania się na bramce	Wyprowadzenie na start
w konkurencjach biegowych na 25 minut przed startem (wyprowadzenie seriami)	10' przed startem
w skoku o tyczce 80 minut przed planowaną godziną rozpoczęcia konkurencji	65' przed startem
w skoku wzwyż 50 minut przed planowaną godziną rozpoczęcia konkurencji	35' przed startem





## REGULAMIN

### 38. PZLA MISTRZOSTW POLSKI U23

w pozostałych konkurencjach technicznych i w biegach przez płotki na 35 minut przed planowaną godziną rozpoczęcia konkurencji (wyprowadzenie seriami)	20' przed startem
w biegach sztafetowych na 30 minut przed startem (wyprowadzenie seriami)	15' przed startem

Uwaga 1: Zawodnicy, którzy nie zgłoszą się na bramkę nie będą dopuszczeni do startu.

Uwaga 2: Zawodnicy nie posiadający prawidłowo umieszczonych numerów startowych przydzielonych przez organizatora nie zostaną dopuszczeni do startu.

Prawidłowe umieszczenie numerów startowych jest następujące:

- w konkurencjach biegowych, w chodzie sportowym oraz w konkurencjach technicznych z wyłączeniem skoków (tyczka, wzwyż) obowiązek posiadania 2 numerów startowych (numer z nazwiskiem na klatce piersiowej);
- w skokach wysokich (tyczka, wzwyż) wystarczy 1 numer startowy z nazwiskiem.

#### 17. Dekoracja medalowa

Zawodnik przystępujący do ceremonii dekoracji medalowej obowiązany jest nosić dedykowany numer medalowy przygotowany do dekoracji medalowej. Numer medalowy zostanie przekazany zawodnikowi w miejscu przygotowania do dekoracji medalowej przez osoby sprawujące nadzór nad dekoracją. Zawodnik zobligowany jest do umieszczenia go na ubraniu, z przodu, w widocznym miejscu (tj. analogicznie do umiejscowienia numeru startowego).

#### 18. Zasady finansowania

Koszty organizacji zawodów pokrywa organizator, koszty uczestnictwa ponoszą zgłaszające kluby.

#### 19. Noclegi i wyżywienie

Informacja o noclegach i wyżywieniu zostanie określona przez organizatora w komunikacie organizacyjnym.

#### 20. Inne

- ✓ Woj. ZLA proszone są o poinformowanie swoich klubów o treści niniejszego regulaminu.
- ✓ Zawodnik przystępując do startu w zawodach oświadcza, że:
  - ❖ zapoznał się z treścią niniejszego Regulaminu i zobowiązuje się do jego przestrzegania. Nieprzestrzeganie niniejszego Regulaminu może skutkować wykluczeniem zawodnika ze startu w zawodach lub z udziału w ceremonii dekoracji medalowej,
  - ❖ zapoznał się z informacją organizacyjną oraz techniczną i zobowiązuje się do ich przestrzegania. Nieprzestrzeganie ujętych w informacji organizacyjnej i technicznej zasad może skutkować wykluczeniem zawodnika ze startu w zawodach,
  - ❖ wyraża zgodę na nieodpłatne utrwalenie wizerunku w formie rejestracji foto i video, a także publikację i udostępnienie wizerunku w dokumentach sprawozdawczych, wydawnictwach oraz w internecie przez Polski Związek Lekkiej Atletyki,
  - ❖ jest zdrowy i w dniu udziału w zawodach nie ma objawów COVID-19,
  - ❖ nie zamieszkiwał z osobą przebywającą na kwarantannie i nie miał kontaktu z osobą podejrzaną o zakażenie w okresie 10 dni przed udziałem w zawodach,
  - ❖ został zapoznany oraz jest świadom obowiązku stosowania się do wytycznych uczestnictwa w zawodach sportowych w czasie epidemii lub zagrożenia epidemicznego COVID-19 (zachowanie dystansu, częste mycie rąk, zastanianie łokciem twarzy podczas kichania itp.).
- ✓ Zgodnie z art. 38 Ustawy o sporcie z 25 czerwca 2010 r. (Dz. U. z 2018 r. poz. 1669 z późn. zm.) obowiązek ubezpieczenia zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków należy do klubu, którego zawodnik jest członkiem.
- ✓ Zawodnicy startujący w 38. PZLA Mistrzostwach Polski U23 zobowiązani są do występowania podczas zawodów w ubiorach dopuszczonych przez klub (wyklucza się start w ubiorach reprezentacji Polski).

**Organizacja zawodów odbywać się będzie zgodnie z bieżącymi Rozporządzeniami Rady Ministrów w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii**





## REGULAMIN

### 38. PZLA MISTRZOSTW POLSKI U23

Ostateczna decyzja w sprawach nieujętych w niniejszym regulaminie „38. PZLA Mistrzostw Polski U23” należy do Polskiego Związku Lekkiej Atletyki



Ministerstwo  
**Kultury**  
Dziedzictwa  
Narodowego  
**i Sportu.**