

**Ramowy program**  
**XX Ogólnopolskiego Finału**  
**„Czwartków Lekkoatletycznych”**  
**Łódź 21-22 czerwca 2014r**

**I dzień 21.06.2014 r.**

**10.00 - Uroczyste otwarcie**

11.00 –18.30 – Zawody lekkoatletyczne – eliminacje i finały

**Finały**

11. 00 - skok wzwyż dziewczęta i chłopcy - rocznik 2003 - finał

11. 00 - 600 m - dziewczęta - rocznik 2003 - serie na czas - finał

11. 30 - 600 m - dziewczęta - rocznik 2002 - serie na czas - finał

12. 00 - 600 m - dziewczęta - rocznik 2001 - serie na czas - finał

**Eliminacje konkurencje biegowe**

12. 30 - 60 m - dziewczęta - rocznik 2003

13. 00 - 60 m - chłopcy - rocznik 2003

13. 30 - 300 m - dziewczęta - rocznik 2003

14. 00 - 300 m - chłopcy - rocznik 2003

14. 30 - 60 m - dziewczęta - rocznik 2002

15. 00 - 60 m - chłopcy - rocznik 2002

15. 30 - 300 m - dziewczęta - rocznik 2002

16. 00 - 300 m - chłopcy - rocznik 2002

16. 30 - 60 m - dziewczęta - rocznik 2001

17. 00 - 60 m - chłopcy - rocznik 2001

17. 30 - 300 m - dziewczęta - rocznik 2001

18. 00 - 300 m - chłopcy - rocznik 2001

**Eliminacje - konkurencje techniczne**

Dziewczęta i chłopcy rocznik 2003

11.00 - piłeczka palantowa – dziewcząt

11.00 - skok w dal - chłopców

12.00 - piłeczka palantowa – chłopców

12.00 - skok w dal -dziewcząt

## Dziewczęta i chłopcy rocznik 2002

13.00 - piłeczka palantowa – dziewcząt

13.00 - skok w dal - chłopców

13.00 – skok wzwyż – dziewcząt

14.00 - piłeczka palantowa – chłopców

14.00 - skok w dal –dziewcząt

14.00 – skok wzwyż - chłopców

## Dziewczęta i chłopcy rocznik 2001

15.00 - piłeczka palantowa – dziewcząt

15.00 - skok w dal - chłopców

15.00 – skok wzwyż – dziewcząt

16.00 - piłeczka palantowa – chłopców

16.00 - skok w dal –dziewcząt

16.00 – skok wzwyż - chłopców

## II dzień 22.06.2014 r.

10.00 – 15.00 – zawody lekkoatletyczne - finały

10,00	60 m dz. 2003 – półfinał		Skok wzwyż <b>F</b> dz. i ch 2001
10,10	60 m ch 2003 – półfinał		
10,20	60 m dz 2002 – półfinał		
10,30	60 m ch 2002 – półfinał		Skok w dal <b>F</b> dz i ch 2002
10,40	60 m dz 2001 – półfinał		Piłka pal. <b>F</b> dz i ch 2003
10,50	60 m ch 2001 – półfinał		
11,00	1000 m ch 2003	Serie na czas	
11,40	1000 m ch 2002	Serie na czas	Skok wzwyż <b>F</b> dz i ch 2002
12,00	Dek skok w dal dz i ch 99	Dek piłka palant. dz i ch 2003	Skok w dal <b>F</b> dz i ch 2003
12,20	1000 m ch 2001	Serie na czas	Piłka pal. <b>F</b> dz i ch 2001
12,40	300 m dz 2003 <b>F</b>	Dek skok wzwyż dz i ch 2001	
12,45	Dek 300 m dz 2003	Dek 1000 m 2003	
12,50	300 m ch 2003 <b>F</b>		
12,55	Dek 300 m ch 2003	Dek 1000 m 2002	
13,00	300 m dz 2002 <b>F</b>		
13,05	Dek 300 m dz 2002	Dek skok w dal dz i ch 2003	
13,10	300 m ch 2002 <b>F</b>		
13,15	Dek 300 m ch 2002	Dek piłka palant. dz i ch 2001	Skok w dal <b>F</b> dz i ch 2001
13,20	300 m dz 2001 <b>F</b>		Piłka pal. <b>F</b> dz i ch 2002
13,25	Dek 300 m dz 2001		
13,30	300 m ch 2001 <b>F</b>		
13,35	Dek 300 m ch 2001		

13,40	60 m dz 2003 F			
13,45	60 m ch 2003 F			
13,50	60 m dz 2002 F			
13,55	60 m ch 2002 F			
14,00	60 m dz 2001 F			
14,05	60 m ch 2001 F			
14,10	Dek skok wzwyż dz i ch 2002			
14,15	Dek 60 m dz 2003	Dek 60 m ch 2003		
14,20	Dek 60 m dz 2002	Dek skok w dal dz i ch 2001		
14,25	Dek 60 m ch 2002	Dek 60 m dz 2001		
14,30	Dek 60 m ch 2001	Dek piłka palant. dz i ch 2002		
14,35		Dek skok wzwyż dz i ch 2003		
14,40	Zakończenie zawodów	Wręczenie pucharów dla miast		

### **Regulamin XX Finału „Czwartków Lekkoatletycznych”**

1. Rozgrzewka zawodniczek i zawodników odbywa się wyłącznie na boisku rezerwowym – bocznym, a na płycie głównej mogą przebywać tylko aktualnie startujący zawodnicy.  
Trenerzy, opiekunowie grup i rodzice nie mają prawa przebywać na płycie głównej stadionu. Po zakończeniu swojej konkurencji zawodnicy natychmiast opuszczają płytę stadionu.
2. Zbiórka zawodników przed startem odbywa się pomiędzy stadionem bocznym, a stadionem głównym na tzw. bramce. Weryfikacja zawodników przed startem, sprawdzenie obuwia i numerów startowych oraz potwierdzenie zgłoszenia do startu odbywa się zawsze na tzw. „bramce”, skąd nastąpi wyprowadzenie na miejsce startu w grupach przez sędziego –
  - w konkurencjach biegowych – 15 min. przed startem,
  - w konkurencjach technicznych – 20 min przed startem.
 Zawodnicy startujący w finałach mają prawo używać obuwia z kolcami o maksymalnej długości wkrętu 9mm dopuszczonego do startów na powierzchniach syntetycznych. Posługiwanie się obuwem do startu na powierzchniach ziemnych ( tzn. wkręt powyżej 9 mm) jest niedozwolone.
3. Zasady awansu do finałów w konkurencjach biegowych.
  - 60 m dz. i ch. - do półfinałów awansują zawodnicy z najlepszymi czasami – łącznie 16 zawodników,
  - w 2 biegach półfinałowych zawodnicy zostaną rozstawieni wg czasów uzyskanych w eliminacjach.  
Do finału kwalifikuje się 2 zawodników z każdego półfinału i 4 zawodników z najlepszymi czasami.
  - 300 m dz. i ch - rozgrywane będą serie na czas, a do finału awansuje 8 zawodników z najlepszymi czasami.
  - 600 m dz. i 1000 m ch- rozgrywane będą serie na czas.
  - Skok w dal odbywa się z 1 metrowej strefy odbicia.
4. Zasady awansu w konkurencjach technicznych.
  - Skok w dal i piłka palantowa – odbędą się eliminacje. Do finału awansuje 12 zawodników z najlepszymi wynikami.
  - Skok wzwyż - na dwóch pierwszych wysokościach zawodnicy mają dwie próby, a na wyższych trzy próby. Do finału kwalifikują się zawodnicy z 12 najlepszymi wynikami.
  - Wysokości skoków:  
 Finał Dz. – 2003 r. 100-110-115- 120-125-130-133 i co 3 cm  
 Dz. – 2002 r. 105-115-120- i co 5 cm.      F – 125-130-135-139-142 i co 3cm  
 Dz. – 2001 r. 115-125-130- i co 5 cm.      F – 135-140-145-149-152 i co 3cm  
 Finał Ch – 2003 r. 105-115-120- 125-130-135-139-142 i co 3cm  
 Ch – 2002 r. 115-125-130- i co 5 cm.      F - 135-140-145-149-152 i co 3cm  
 Ch – 2001 r. 125-135-140- i co 5 cm F - 145-150-155-159-162 i co 3cm
5. W skoku wzwyż, w przypadku jednakowych miejsc przewiduje się rozegranie dogrywki w celu wyłonienia pierwszych 3 miejsc.
6. We wszystkich sprawach spornych dotyczących niniejszych zawodów i ich wyników ostateczne rozstrzygnięcie przysługuje organizatorowi.