

# **INDYWIDUALNE MISTRZOSTWA MIASTA W LEKKIEJ ATLETYCE JUNIOR i JUNIOR MŁODSZY**

**Data zawodów:** 24.04.2024, godz.10.30

**Miejsce zawodów:** stadion lekkoatletyczny, ul. Sulechowska.

## **Konkurencje:**

### **Junior:**

100m., 200m., 400m., 800m., 1500m., 3000m., 4x100m. 4x400m, w dal, wzwyż, kula (6kg).

### **Juniorki:**

100m., 200m., 400m., 800m., 1500m., 4x100m, 4x400m, w dal, wzwyż, kula (4kg).

### **Junior młodszy:**

100m., 200m., 400m., 800m., 1500m., 3000m., w dal, wzwyż, kula (5kg)

### **Juniorki młodsze:**

100m., 200m., 400m., 800m., 1500m., w dal, wzwyż, kula (3kg)

## **Uczestnicy:**

**Junior :** rocznik 2006-2005-2004.

**Junior młodszy:** rocznik 2008-2007

- uczniowie, którzy zajmą miejsca I-IV kwalifikują się na mistrzostwa województwa,
- szkoła ma prawo zgłosić jeden zespół sztafetowy w każdej kategorii dziewcząt i chłopców,
- zespoły sztafetowe muszą tworzyć zawodnicy z jednej szkoły i z jednej kategorii wiekowej,
- zawodnik ma prawo startu w 2 konkurencjach indywidualnych oraz w sztafecie,
- start zawodnika w biegu na 800m lub dłuższym wyklucza jego udział w innej konkurencji indywidualnej,

## **Sposób przeprowadzenia zawodów:**

- konkurencje biegowe – serie na czas (sc),
- konkurencje techniczne (poza skokiem wzwyż) – wszyscy po 3 próby oraz najlepsza ósemka zawodników -3 dalsze kolejki.

## **Festiwal sztafet.**

Po zawodach indywidualnych odbędą się sztafety 4x100m i 4x400m dziewcząt i chłopców, w ramach Festiwalu Sztafet.

- Jedna sztafeta składa się z 5 uczniów/uczennic (4 zaw. + 1 rez.), urodzonych w latach 2004 - 2009. Szkoła, która zajmie 1 miejsce będzie mogła wystartować 10.05 na mistrzostwach województwa sztafet.

# INDYWIDUALNE MISTRZOSTWA MIASTA W LEKKIEJ ATLETYCE JUNIOR i JUNIOR MŁODSZY

**Zielona Góra 24.04.2024.**

|              |               |            |                |                   |
|--------------|---------------|------------|----------------|-------------------|
| <b>10.30</b> | 100m. K-J     | w dal M-J  | wzwyż K-J+JM   | kula M-J          |
| <b>10.40</b> | 100m. K-JM    |            |                | 6 kg              |
| <b>10.50</b> | 100m. M-J     |            |                |                   |
| <b>11.00</b> | 100m. M-JM    |            |                |                   |
| <b>11.10</b> | 3000m. M-J+JM |            |                |                   |
| <b>11.35</b> | 200m. K-J     | w dal M-JM |                | kula M-JM<br>5 kg |
| <b>11.45</b> | 200m. K-JM    |            |                |                   |
| <b>11.55</b> | 200m. M-J     |            |                |                   |
| <b>12.05</b> | 200m. M-JM    |            | wzwyż M-J + JM |                   |
| <b>12.15</b> | 800m. K-J     |            |                |                   |
| <b>12.25</b> | 800m. K-JM    | w dal K-J  |                | kula K-J          |
| <b>12.35</b> | 800m. M-J     |            |                | 4 kg              |
| <b>12.45</b> | 800m. M-JM    |            |                |                   |
| <b>13.00</b> | 400m.K-J      |            |                |                   |
| <b>13.10</b> | 400m. K-JM    | w dal K-JM |                | kula K-JM         |
| <b>13.20</b> | 400m. M-J     |            |                | 3 kg              |
| <b>13.30</b> | 400m. M-JM    |            |                |                   |
| <b>13.40</b> | 1500m. K-J+JM |            |                |                   |
| <b>13.55</b> | 1500m. M-J+JM |            |                |                   |
| <b>14.15</b> | 4x100m. K     |            |                |                   |
| <b>14.25</b> | 4x100m.M      |            |                |                   |
| <b>14.35</b> | 4x400m.K      |            |                |                   |
| <b>14.50</b> | 4x400m. M     |            |                |                   |

**K** – kobiety

**M** – mężczyźni

**J** – juniorzy (2004-2005-2006)

**JM** – juniorzy młodsi (2008-2007)