

**KOMUNIKAT ORGANIZACYJNY**  
**I rzutu Szkolnej Korespondencyjnej Ligi Lekkoatletycznej**  
**dla szkół ponadpodstawowych – I rejon**

**Termin i miejsce zawodów:**

- 29.09.2023 (piątek), godz. 10.30
- Stalowa Wola – stadion lekkoatletyczny MOSiR Stalowa Wola, ul. Staszica 2, parking dla autokarów i samochodów – wjazd od ulicy Wyszyńskiego (przy hali tenisowej)

**Program zawodów:**

- *dziewczęta:*
  - blok szybkościowy (100m, 200m, 400m),
  - blok wytrzymałościowy (800m, 1500m),
  - blok skocznościowy (skok w dal, skok wzwyż),
  - blok rzutowy (pchnięcie kulą 15-17 lat – 3 kg, 18-19 lat – 4 kg, rzut dyskiem 1,0 kg, rzut oszczepem 15-17 lat – 500 g, 18-19 lat – 600 g),
  - sztafeta 4x100m,
- *chłopcy:*
  - blok szybkościowy (100m, 200m, 400m),
  - blok wytrzymałościowy (800m, 1500m),
  - blok skocznościowy (skok w dal, skok wzwyż),
  - blok rzutowy (pchnięcie kulą: 15-17 lat – 5 kg, 18-19 lat – 6 kg, rzut dyskiem 15-17 lat – 1,5 kg, 18-19 lat – 1,75 kg, rzut oszczepem 15-17 lat – 700 g, 18-19 lat – 800 g),
  - sztafeta 4x100m.

**Uczestnictwo:**

- W zawodach startują reprezentacje szkół ponadpodstawowych z powiatów: Tarnobrzeg gr., tarnobrzesckiego, niżańskiego, stalowowolskiego.
- Obowiązują roczniki zawodników: 2004 i młodsi.
- Drużyna może liczyć max. 16 zawodników / zawodniczek.
- Zespół może wystawić nie więcej niż po 3 zawodników w 1 konkurencji.
- Każdy zawodnik może startować tylko w 1 konkurencji indywidualnej i w sztafecie. Start w biegu długim (800m, 1500m) wyklucza udział w biegu sztafetowym.
- Osiągnięte w bezpośredniej rywalizacji wyniki przelicza się na punkty wg tabel punktowych (w kalendarzu i na stronie [www.szs.rzeszow.pl](http://www.szs.rzeszow.pl)). Na wynik drużyny składa się 12 (lub mniej) najlepszych rezultatów tj. po 2 najlepsze wyniki z każdego z bloków (szybkościowy, wytrzymałościowy, skocznościowy, rzutowy) oraz 4 najlepsze z pozostałych (w tym ewentualnie sztafeta, jeśli punkty za nią uzyskane są wyższe od 4 pozostałych).

Uwaga: Sztafeta 4x100m nie jest obowiązkowa (jest traktowana jak każdy inny wynik). W przypadku nieobstawienia minimum 2 osobami każdego bloku drużyna jest dopuszczana do zawodów, ale za brak wyniku otrzymuje "0" punktów.

### **Obowiązują:**

- o **Zgłoszenia imienne zawodników (z pieczętą szkoły i podpisem dyrektora) należy wydrukować z SYSTEMU REJESTRACJI SZKÓŁ.  
Bez zgłoszenia z SRS zawodnicy nie będą dopuszczeni do startu!  
SRS będzie czynny do dnia 28.09.2023 r. do godz. 12.00.**
- o Ważne legitymacje szkolne;
- o Opłacenie rocznej zryczałtowanej opłaty startowej;
- o Zbiorczy protokół zawodów (w załączeniu poniżej);
- o Wypełnione kartki startowe (wzór w załączeniu poniżej);

### **Finansowanie:**

- Koszty organizacyjne (wynajem stadionu, obsługa techniczna, sędziowska i medyczna) pokrywają organizatorzy.
- Koszty uczestnictwa (przejazdy i wyżywienie) pokrywają uczestnicy we własnym zakresie.

### **Sprawy różne:**

- ✓ Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z regulaminem zamieszczonym w „Kalendarzu szkolnych imprez sportowych na rok szkolny 2023/2024”.
- ✓ Zgłoszenia (protokół zbiorczy + kartki startowe) przyjmowane będą w dniu zawodów godzinę przed planowanym rozpoczęciem imprezy.
- ✓ Do finału wojewódzkiego (Rzeszów, III dek. maja 2024 r.) awansują: mistrzowie rejonów oraz do 15 najlepszych zespołów w kategorii dziewcząt i chłopców.

Dyrektor  
PW SZS w Rzeszowie  
*Jacek Bigus*

ZADANIE DOFINANSOWANE  
Z BUDŻETU WOJEWÓDZTWA PODKARPACKIEGO ORAZ MINISTERSTWA SPORTU I TURYSTYKI



**PODKARPACKIE**  
przestrzeń otwarta



**Ministerstwo  
Sportu i Turystyki**

# PROTOKÓŁ LIGI LEKKOATLETYCZNEJ W RAMACH LICEALIADY

szkoła

miejsce zawodów	data zawodów

## DZIEWCZĘTA / CHŁOPCY

blok	konkurencja	1p.	imię i nazwisko	rocznik	wynik	punkty
Blok szybkościowy	100m	1.				
		2.				
		3.				
	200m	1.				
		2.				
		3.				
	400m	1.				
		2.				
		3.				
Blok wytrzymałościowy	800m	1.				
		2.				
		3.				
	1500m	1.				
		2.				
		3.				
Blok skocznościowy	skok w dal	1.				
		2.				
		3.				
	skok wzwyż	1.				
		2.				
		3.				
Blok rzutowy	pchnięcie kulą	1.				
		2.				
		3.				
	rzut dyskiem	1.				
		2.				
		3.				
	rzut oszczepem	1.				
		2.				
		3.				
Sztafeta	4 x 100m	1.				
		2.				
		3.				
		4.				

Miejsce szkoły: \_\_\_\_\_ Punkty razem: \_\_\_\_\_

Nauczyciel / kierownik drużyny \_\_\_\_\_

Nazwisko i imię \_\_\_\_\_

Szkoła \_\_\_\_\_

Gmina \_\_\_\_\_ Powiat \_\_\_\_\_

Rok urodzenia \_\_\_\_\_ Konkurencja \_\_\_\_\_

Seria \_\_\_\_\_ Tor \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(mierzone czasy lub wyniki poszczególnych prób)  
Wynik oficjalny \_\_\_\_\_ Miejsce \_\_\_\_\_

---

Nazwisko i imię \_\_\_\_\_

Szkoła \_\_\_\_\_

Gmina \_\_\_\_\_ Powiat \_\_\_\_\_

Rok urodzenia \_\_\_\_\_ Konkurencja \_\_\_\_\_

Seria \_\_\_\_\_ Tor \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(mierzone czasy lub wyniki poszczególnych prób)  
Wynik oficjalny \_\_\_\_\_ Miejsce \_\_\_\_\_

---

Nazwisko i imię \_\_\_\_\_

Szkoła \_\_\_\_\_

Gmina \_\_\_\_\_ Powiat \_\_\_\_\_

Rok urodzenia \_\_\_\_\_ Konkurencja \_\_\_\_\_

Seria \_\_\_\_\_ Tor \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(mierzone czasy lub wyniki poszczególnych prób)  
Wynik oficjalny \_\_\_\_\_ Miejsce \_\_\_\_\_

---

Nazwisko i imię \_\_\_\_\_

Szkoła \_\_\_\_\_

Gmina \_\_\_\_\_ Powiat \_\_\_\_\_

Rok urodzenia \_\_\_\_\_ Konkurencja \_\_\_\_\_

Seria \_\_\_\_\_ Tor \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(mierzone czasy lub wyniki poszczególnych prób)  
Wynik oficjalny \_\_\_\_\_ Miejsce \_\_\_\_\_

---

Nazwisko i imię \_\_\_\_\_

Szkoła \_\_\_\_\_

Gmina \_\_\_\_\_ Powiat \_\_\_\_\_

Rok urodzenia \_\_\_\_\_ Konkurencja \_\_\_\_\_

Seria \_\_\_\_\_ Tor \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(mierzone czasy lub wyniki poszczególnych prób)  
Wynik oficjalny \_\_\_\_\_ Miejsce \_\_\_\_\_

---

Nazwisko i imię \_\_\_\_\_

Szkoła \_\_\_\_\_

Gmina \_\_\_\_\_ Powiat \_\_\_\_\_

Rok urodzenia \_\_\_\_\_ Konkurencja \_\_\_\_\_

Seria \_\_\_\_\_ Tor \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(mierzone czasy lub wyniki poszczególnych prób)  
Wynik oficjalny \_\_\_\_\_ Miejsce \_\_\_\_\_

---

Nazwisko i imię \_\_\_\_\_

Szkoła \_\_\_\_\_

Gmina \_\_\_\_\_ Powiat \_\_\_\_\_

Rok urodzenia \_\_\_\_\_ Konkurencja \_\_\_\_\_

Seria \_\_\_\_\_ Tor \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(mierzone czasy lub wyniki poszczególnych prób)  
Wynik oficjalny \_\_\_\_\_ Miejsce \_\_\_\_\_

---

Nazwisko i imię \_\_\_\_\_

Szkoła \_\_\_\_\_

Gmina \_\_\_\_\_ Powiat \_\_\_\_\_

Rok urodzenia \_\_\_\_\_ Konkurencja \_\_\_\_\_

Seria \_\_\_\_\_ Tor \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(mierzone czasy lub wyniki poszczególnych prób)  
Wynik oficjalny \_\_\_\_\_ Miejsce \_\_\_\_\_

---

