



# REGULAMIN XXVIII MIĘDZYNARODOWEGO MITYNGU LEKKOATLETYCZNEGO „KRAK” 12.05.2018

**CEL:** Popularyzacja lekkiej atletyki wśród młodzieży, promowanie zdrowego, aktywnego trybu życia.

Dążenie do mistrzostwa sportowego, osiągnięcie jak najlepszych wyników.

## 1. ORGANIZATORZY

- Szkoła Podstawowa nr 91 w Krakowie.
- SKS "Kusy" sekcja LA

## 2. WSPÓŁPRACA

- KS AZS AWF Kraków
- Społeczna Rada Rodziców przy ZSOS nr 1
- Akademia Wychowania Fizycznego Kraków
- Wydział Sportu Urzędu miasta Krakowa
- Rada Dzielnicy XVIII

## 3. TERMIN I MIEJSCE

- 12.05.2018 r. stadion AZS AWF Kraków al. Jana Pawła II 78
- godz. 10.30

## 4. ZGŁOSZENIA

- Kartki startowe na adres mail: [mmiotacz@poczta.fm](mailto:mmiotacz@poczta.fm) do **g.20, 10.05.2018**

## 5. OPŁATA STARTOWA

Mityng Krak 6 zł , pk 10 zł od konkurencji w dniu zawodów.

Start poza konkurencją wyłącznie po uzgodnieniu z organizatorem.

## 6. SPRAWY ORGANIZACYJNE

- W zawodach mają prawo startu zawodnicy urodzeni w roku 2003 i młodsi
- Konkurencje biegowe - serie na czas. Rozstawienie w seriach wg wyników.
- Konkurencje techniczne 4 próby.
- Rozstaw płotków i waga sprzętu w rzutach zgodna z kategorią wiekową -młodzik
- Zawodnik ma prawo startu w dwóch konkurencjach i w sztafecie
- Start w biegu na 600 m wyklucza możliwość startu w drugiej konkurencji
- **Mały Krak – konkurencje wyłącznie dla uczniów SP 91**

## 7. KONKURENCJE

### MITYNG LEKKOATLETYCZNY KRAK

**Dziewczęta:** 100 ,300 , 600 , 80 ppł, 200 ppł, w dal, wzwyż, kula, oszczep, 4x100

**Chłopcy:** 100 ,300 , 600 , 110 ppł, 200 ppł, w dal, wzwyż, kula, oszczep, 4x100

### MAŁY KRAK

**Dziewczęta/Chłopcy:** 100 , 300 , w dal , piłeczka palantowa

## 8. NAGRODY

- Indywidualnie I-III m- medale, nagrody rzeczowe za I miejsce (w zależności od możliwości finansowych organizatora)
- Dodatkowe nagrody za rekordy mityngu oraz za 3 najwartościowsze wyniki w kategorii dziewcząt i chłopców.

- 9. UBEZPIECZENIE:** zgodnie z art. 38 „Ustawy o sporcie” z dnia 25.06.2010 roku obowiązek ubezpieczenia zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków należy do klubu, którego zawodnik jest członkiem.
- 10. ZGODA NA WYKORZYSTANIE WIZERUNKU:** Udział w zawodach jest jednoznacznym wyrażeniem zgody na wykorzystanie wizerunku przez organizatora lub osoby działające na jego zlecenie.
- 11. INNE:** Udział w zawodach oznacza akceptację powyższego regulaminu.  
**Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.**

## 12. PROGRAM MINUTOWY

9 <sup>45</sup>	<i>pileczka palantowa K + M SP 91 Mały Krak w dal K/M Mały Krak</i>		
10 <sup>30</sup>	uroczyste otwarcie		
10 <sup>45</sup>	400 bieg dzieci rocznik 2008 i młodszych		
		kula K	wzwyż K
10 <sup>50</sup>	400 bieg rodziców		
11 <sup>00</sup>	110 ppł M		w dal M
11 <sup>10</sup>	80 ppł K		
11 <sup>20</sup>	100 K	kula M	
	<i>100 K SP 91(I seria) Mały Krak</i>		
11 <sup>45</sup>	100 M		wzwyż M
	<i>100 M SP 91(I seria) Mały Krak</i>		
12 <sup>10</sup>	200 ppł K	oszczep K	w dal K
12 <sup>20</sup>	200 ppł M		
12 <sup>30</sup>	300 K		
	<i>300 K SP 91(I seria) Mały Krak</i>		
12 <sup>55</sup>	300 M	oszczep M	
	<i>300 M SP 91(I seria) Mały Krak</i>		
13 <sup>10</sup>	600 K		
13 <sup>25</sup>	600 M		
13 <sup>35</sup>	4x100 K		
13 <sup>40</sup>	4x100 M		
13 <sup>50</sup>	Wręczenie nagród za 3 najlepsze wyniki zawodów w kategorii dziewcząt i chłopców.		

**W zależności od ilości zgłoszeń program minutowy może ulec zmianie.**

## REKORDY MITYNGU

---

### DZIEWCZĘTA

100	Katarzyna Paluch	WKS Wawel Kraków	12,31 s	2003
300	Wioletta Bągiel	UKS Technik Trzcinica	41,17 s	2006
600	Katarzyna Broniatowska	KS Cracovia Kraków	1,36,14 min	2004
80 ppł	Nagięć Weronika	TS Wieliczanka Wiel.	12,02s	2017
200 ppł	Nagięć Weronika	TS Wieliczanka Wiel.	30,55 s	2017
w dal	Katarzyna Martyna	WKS Wawel Kraków	5,75 m	2013
wzwyż	Olena Zhmur	Sdushor Vinnica	179 cm	2015
kula	Olga Cander	Grodno	13,90 m	1990
oszczep	Zofia Surmiak	SKS Kusy Kraków	36,69 m	2017
4 x 100		Reprezentacja Łodzi	50,96 s	2005

### CHŁOPCY

100	Jakub Goździkiewicz	Żeglina Sieradz	11,33 s	2005
300	Wiktor Salamonowicz	SKS KUSY Kraków	37;65s	2014
600	KosińskiDaniel	ULKS Lipinki	1,26,05min	2006
110 ppł	Robert Budźko	AZS Łódź	15,00 s	2005
200 ppł	Kopeć Maciej	WKS Wawel Kraków	26,53 s	2017
w dal	Rafał Krzeszowski	MKS Kutno	6,56 m	2005
wzwyż	Tomasz Firaza	SP 79 Łódź	186 cm	1997
kula	Arkadiusz Grela	Płomień Sosnowiec	15,67m	2005
oszczep	Aleksander Surowiec	Grodno	50,75 m	1990
4 x 100		SKS Kusy Kraków	45,52 s	1992



# MITYNG KRAK 12.05.2018

## PROGRAM MINUTOWY

9 <sup>45</sup>	<i>piłeczka palantowa K + M SP 91 Mały Krak</i> <i>w dal K/M Mały Krak</i>		
10 <sup>30</sup>	uroczyste otwarcie		
10 <sup>45</sup>	400 bieg dzieci rocznik 2008 i młodszych		
		kula K	wzwyż K
10 <sup>50</sup>	400 bieg rodziców		
11 <sup>00</sup>	110 ppł M		w dal M
11 <sup>10</sup>	80 ppł K		
11 <sup>20</sup>	100 K	kula M	
	<i>100 K SP 91(I seria) Mały Krak</i>		
11 <sup>45</sup>	100 M		wzwyż M
	<i>100 M SP 91(I seria) Mały Krak</i>		
12 <sup>10</sup>	200 ppł K	oszczep K	w dal K
12 <sup>20</sup>	200 ppł M		
12 <sup>30</sup>	300 K		
	<i>300 K SP 91(I seria) Mały Krak</i>		
12 <sup>55</sup>	300 M	oszczep M	
	<i>300 M SP 91(I seria) Mały Krak</i>		
13 <sup>10</sup>	600 K		
13 <sup>25</sup>	600 M		
13 <sup>35</sup>	4x100 K		
13 <sup>40</sup>	4x100 M		
13 <sup>50</sup>	Wręczenie nagród za 3 najlepsze wyniki zawodów w kategorii dziewcząt i chłopców.		

**W zależności od ilości zgłoszeń program minutowy może ulec zmianie.**