



Projekt finansuje m.st. Warszawa



## Mityng lekkoatletyczny- finansowany przez Urząd Dzielnicy Praga - Południe

### Informacje i regulamin zawodów

Data: sobota, 9 kwietnia 2022

Lokalizacja: ul. Podskarbińska 14 , Stadion OSiR Polska

Organizator: Fundacja Roberta Korzeniowskiego

Organ nadzoru technicznego: Polski Związek Lekkiej Atletyki/ World Athletics

Menadżer Zawodów: Robert Korzeniowski- [r.korzeniowski@rkathletics.com](mailto:r.korzeniowski@rkathletics.com)

Kierownik techniczny Andrzej Chyliński [acwalk@poczta.onet.pl](mailto:acwalk@poczta.onet.pl)

Kontakt do Biura Zawodów: [kontakt@rkathletics.com](mailto:kontakt@rkathletics.com)

Zawody w chodzie sportowym podlegają przepisom technicznym PZLA i zostaną przeprowadzone na bieżni

Impreza jest otwarta dla wszystkich posiadaczy licencji PZLA oraz zawodników zagranicznych w następujących konkurencjach i kategoriach wiekowych:

OPEN – Elita kobiet i mężczyzn rocznik 2002 i starsi MASTERS - K+M roczniki 1987 i starsi (według rocznika urodzenia)

U20 – roczniki 2003, 2004

U18 – roczniki 2005, 2006

U16 – roczniki 2007, 2008

U14 – roczniki 2009, 2010

U12 – roczniki 2011, 2012

U10 – roczniki 2013, 2014

**Chód sportowy (zapisy przez starter.pzla.pl)**

10 000m

Open

M U20

M U18

K U20

5 000m

M U16

K U20

K U18

MASTERS

3 000m

M U14

K U16

K U14

2 000m

M U12

K U12

1 000m

M U10

K U10

**Skok w dal ( konkurencja szkoleniowo rekreacyjna - zapisy na [www.rkathletics.com](http://www.rkathletics.com))**

M U18

M U16

M U14

M U12

M U10

K U18

K U16

K U14

K U12

K U10

**Rzut piłeczką palantową ( konkurencja szkoleniowo rekreacyjna - zapisy na [wwwrkathletics.com](http://wwwrkathletics.com))**

M U14 - 150g

M U12 - 150g

K U14 - 80 g

K U12 - 80 g

**Pchnięcie kulą ( konkurencja szkoleniowo rekreacyjna - zapisy na [wwwrkathletics.com](http://wwwrkathletics.com))**

M U18 - 5kg

M U16 - 5kg

M U14 - 4kg

K U18 - 3kg

K U16 - 3kg

K U14 - 2kg

**Rzut oszczepem ( konkurencja szkoleniowo rekreacyjna - zapisy na [wwwrkathletics.com](http://wwwrkathletics.com))**

M U18 - 600 g

M U-16 - 600g

K U18 - 600 g

K U16 - 500 g

Dla zawodników posiadających licencję PZLA rejestracja dla konkurencji chód sportowy będzie dostępna w systemie STARTER , zaś dla pozostałych , w tym w szczególności dla gości zza granicy bezpośrednio pod zakładką [Korzeniowski Race Walking Warsaw Cup – go4walk](#) do 4 kwietnia 2022 roku.

Po tym terminie organizatorzy zagwarantują przyjęcia wpisów.

Dla zawodników startujących w skoku w dal, pchnięciu kulą, rzucie oszczepem , rzucie piłeczką palantową zapisy będą prowadzone na stronie [www.rkathletics.com](http://www.rkathletics.com)

**Opłaty:** zawody są bezpłatne

**Nagrody i wyróżnienia :**

1. Trofea / nagrody rzeczowe / dyplomy dla 3 najlepszych zawodników we wszystkich kategoriach
2. Pamiątkowe medale dla wszystkich uczestników zawodów

Wstępny minutowy program zawodów – ostateczny zostanie opublikowany po zakończeniu zgłoszeń i weryfikacji zapisów w dniu 7 kwietnia 2022

### Program zawodów- wersja robocza do ostatecznej weryfikacji po zakończeniu zapisów

Chód sportowy

9.00 5000 m K Masters

9.45 5000m M Masters

10.30 Uroczyste otwarcie mityngu – otwarty Marsz dla Ukrainy -1000m

10:50 10000m Elita Kobiet- open + KU20

11.50 Elita Mężczyzn- open + MU20+ MU18

12.50 5000 m KU18, KU20

13.30 MU16

14.05 3000 K U14 ,KU16

14.30 3000 M U 14

14.55 2000m KMU12

15.15 1000m KM U10

W dal	Rzut piłeczką palantowa	Rzut oszczepem	Pchnięcie kulą
10.00 K U10		9.00 K U16	
10.20 M U10		9.20 M U16	
10.50 K U12		9.50 K U18	
11.20 M U12		10.10 M U18	
12.10 K U14	10.30 K U12		
12.40 M U14	10.50 M U12		
13.10 K U16	11.10 K U14		
13.40 M U16	11.30 M U14		
14.10 K U18			12.00 K U14
14.30 M U18			12.20 M U14
			12.40 K U16
			13.00 M U16
			13.20 K U18
			13.40 M U18

**Biuro Zawodów**

Czynne od godz. 8.00 do zakończenia zawodów

Lokalizacja – Zadaszona trybuna stadionu OSiR Podskarbińska

Wjazd od strony ul. Chrzanowskiego