

## 1. Kierownictwo

Polski Związek Lekkiej Atletyki

## 2. Termin i miejsce

9 – 11 czerwca, Suwałki

## 3. Gospodarz

Suwałki

## 4. Organizator

OSiR Suwałki – [www.suwalki2022.pl](http://www.suwalki2022.pl)

## 5. Konkurencje

Kobiety: 100, 200, 400, 800, 1 500, 5 000, 100ppł, 400ppł, 3 000prz, chód 5 000, 4 x 100, 4 x 400

wzwyż, tyczka, w dal, trójskok, kula, dysk, młot, oszczep

Mężczyźni: 100, 200, 400, 800, 1 500, 5 000, 110ppł, 400ppł, 3 000prz, chód 10 000, 4 x 100, 4 x 400

wzwyż, tyczka, w dal, trójskok, kula, dysk, młot, oszczep

Konkurencje rozgrywane w innych terminach:

chód 20 km	23 kwietnia	Sulejówek
maraton	10 kwietnia	Dębno
bieg na 10 000 m	23 kwietnia	Międzyrzecz
chód 35 km	14 maja	Opole
sztafeta 4 x 400 mix	29 maja	Karpacz
wieloboje	17-19 czerwca	Warszawa
półmaraton	11 września	Łąwa

## 6. Warunki uczestnictwa

W 98. PZLA Mistrzostwach Polski prawo startu mają wyłącznie obywatele Rzeczypospolitej Polskiej posiadający ważną na sezon 2022 licencją zawodniczą wystawioną przez Polski Związek Lekkiej Atletyki.

Start w 98. PZLA Mistrzostwach Polski zgodnie z zasadami i minimami, które zostały osiągnięte w sezonie halowym 2022 (rezultaty uzyskane w Polsce w halach ze świadectwem PZLA lub na mityngach z kalendarzy EA lub/i WA), letnim 2021 lub 2022 do dnia 5.06.2022 na zawodach kalendarzowych lub na mityngach z kalendarzy EA lub/i WA posiadając ważną licencję PZLA.

W biegu na 100 m K i M dla zawodników z miejsc rankingowych (wg. SB z sezonu letniego 2021) 17-40 rozegrane zostaną preeliminacje celem wyłonienia 8 zawodników.

Zawodnicy zgłoszeni do sztafety 4 x 400 m mają prawo do uczestnictwa w biegu poza konkursem na 400 m.

Zasady udziału i minima na 98. PZLA Mistrzostwa Polski:

Kobiety			Konkurencja	Mężczyźni		
PZLA MP Minimum A	Start	PZLA MP Minimum B		PZLA MP Minimum A	Start	PZLA MP Minimum B
11.80	24	preeliminacje	100 m	10.55	24	preeliminacje
24.20	24	24.80	200 m	21.40	24	21.90
53.80	24	56.60	400 m	47.20	24	49.00
2:07.00	24	2:14.80	800 m	1:50.00	24	1:54.20
4:22.00	16	4:35.00	1500 m	3:48.00	16	3:56.00
16:40.00	24	18:00.00	5000 m	14:40.00	24	15:10.00
13.90	24	15.40	100/110 m ppł.	14.70	24	16.20
60.20	24	64.40	400 m ppł.	53.50	24	56.00
10:40.00	16	11:20.00	3000 m prz.	9:30.00	16	9:50.00
bw.	x	2:00.00 – 20km 58:00 – 10km 25:20 – 5km 14:45 – 3km	5 000 K/10 000 M chód sportowy	bw.	x	1:40.00 – 20km 48:00 – 10km 23:00 – 5km
1.74	16	1.66	Wzwyż	2.08	16	1.96
3.90	16	3.40	Tyczka	4.80	16	4.40
6.10	16	5.60	W dal	7.45	16	6.80
12.40	16	11.60	Trójskok	15.20	16	13.80
14.00	16	12.00	Kula	18.00	16	15.20
46.00	16	38.00	Dysk	52.00	16	42.00
58.00	16	45.00	Młot	60.00	16	45.00
50.00	16	40.00	Oszczep	74.00	16	58.00

### Legenda zasad kwalifikacji do udziału w 98. PZLA Mistrzostwach Polski:

Minimum A	wynik z sezonu halowego 2022, letniego 2021 lub 2022 zapewniający start
Start	planowana maksymalna liczba uczestników rywalizacji
Minimum B	wynik sezonu halowego 2022, letniego 2021 lub 2022 pozwalający na udział w rywalizacji pod warunkiem spełnienia miejsca limitowego

### Minimalna liczba uczestników w konkurencjach bez względu na poziom sportowy:

Biegowych	100 m	24 zawodników wg. rankingu wynikowego z sezonu letniego 2021 lub 2022
	Pozostałe konkurencje	16 zawodników wg. rankingu wynikowego z sezonu halowego 2021, letniego 2021 lub 2022

Chodu sp. 12 zawodników wg. rankingu wynikowego z sezonu halowego 2022, letniego 2021 lub 2022

Technicznych 12 zawodników wg. rankingu wynikowego z sezonu halowego 2022, letniego 2021 lub 2022

## 7. Zasady rozgrywania konkurencji

W biegach do 800m włącznie (wraz z biegami płotkarskimi) rozegrane zostaną eliminacje i finały.

W pozostałych biegach od razu finały.

W konkurencjach technicznych rozegrane zostaną wyłącznie finały.

Zasady awansu do finału (Q-awans miejscem, q-awans czasem):

w przypadku II serii: 3Q + 2q

w przypadku III serii: 2Q + 2q

Kolejność biegów w seriach eliminacyjnych jest losowana, a zawodnicy z jednego klubu będą w miarę możliwości rozstawiani w różnych biegach eliminacyjnych.

Rozstawienie w indywidualnych konkurencjach biegowych na podstawie regulaminowych wyników uzyskanych w bieżącym sezonie letnim na imprezach kalendarzowych PZLA lub na mityngach z kalendarzy EA lub/i WA rozegranych do 5.06.2022 r.

W chodzie sportowym, na podstawie art. 54.7.3, obowiązuje bezwzględne stosowanie przepisu dotyczącego tzw. Penalty Zone (strefy kary), dla zawodników, którzy otrzymali trzy czerwone kartki.

Odległość "belki" od zeskoczni dla 98. PZLA Mistrzostw Polski wynosi w trójskoku:

Kobiety 11.00

Mężczyźni 13.00

Pełna informacja zasad rozgrywania konkurencji zostanie określona w Informacji Technicznej imprezy.

## 8. Podział konkurencji na dni

Zgodny z projektem programu minutowego.

## 9. Punktacja

Punktuje się 12 miejsc wg. zasady: I-40, II-35, III-30, IV-26, V-22, VI-18, VII- 15, VIII-13, IX-8, X-5, XI-3, XII-1.

## 10. Nagrody

Za zajęcie miejsc 1-3 zawodnicy otrzymują medale.

## 11. Obuwie startowe

Obowiązkiem każdego zawodnika jest wskazanie obuwia startowego w którym zawodnik planuje start (możliwość wskazania większej liczby butów startowych).

Wskazanie obuwia startowego zgodnie z bieżącą listą zatwierdzoną przez World Athletics.

## 12. Zgłoszenia

Do 98. PZLA Mistrzostw Polski obowiązuje wyłącznie system „Starter PZLA”.

System zgłoszeń otwarty będzie od dnia 23 maja 2022, do godziny 23:59 w dniu 5 czerwca 2022.

Dopuszczenie do startu zawodnika zgłoszonego po terminie jest możliwe wyłącznie po uzyskaniu zgody Delegatów Technicznych PZLA. Zgłoszenie takie należy przestać drogą mailową na adres



mistrzostwapolski@pzla.pl z załączonym potwierdzeniem dokonania płatności za zgłoszenie po terminie, w wysokości:

- 500 zł za każdą konkurencję indywidualną (dotyczy osobostartu),
- 100 zł za każdego członka zespołu sztafetowego.

Przesłanie zgłoszenia wraz z potwierdzeniem dokonania płatności nie zobowiązuje PZLA do wyrażenia zgody na start zawodnika zgłoszonego po terminie. W przypadku niedopuszczenia zawodnika do startu opłata za zgłoszenie po terminie nie będzie zwracana.

### 13. Weryfikacja – potwierdzenia i skreślenia zawodników

Na 98. PZLA Mistrzostwach Polski będzie prowadzone elektroniczne potwierdzenie startu z użyciem TOKENA.

TOKEN można pobrać w panelu klubowym systemu „Starter PZLA” i przekazać przedstawicielowi klubu.

Po zalogowaniu się z użyciem TOKENA można potwierdzić start wybierając TAK lub dokonać wykreślenia wybierając NIE.

Potwierdzenia startu zawodników i zawodniczek należy dokonać WYŁĄCZNIE elektronicznie.

Potwierdzenie lub skreślenie zawodników należy dokonać w następującym terminie i do wyznaczonej godziny:

- ✓ dla startujących w dniu 9 czerwca do 8 czerwca (środa) do godziny 18:00,
- ✓ dla startujących w dniu 10 czerwca do 9 czerwca (czwartek) do godziny 18:00,
- ✓ dla startujących w dniu 11 czerwca do 10 czerwca (piątek) do godziny 18:00.

Brak elektronicznego potwierdzenia startu z użyciem TOKENA w wyznaczonych terminach będzie skutkować automatyczną weryfikacją na NIE oraz skreśleniem zawodnika z list startowych.

Ponowne zgłoszenie zawodnika zweryfikowanego z użyciem TOKENA na NIE wiąże się z opłatą regulaminową jak za zgłoszenie po terminie.

Na 75 minut przed wyprowadzeniem sztafety przedstawiciel Klubu zobligowany jest do potwierdzenia składu zespołu w wyznaczonym miejscu (miejsce wskazane zostanie w Informacji Technicznej).

### 14. Procedura pracy bramki zawodniczej - wyprowadzenie zawodników (call room)

Bramka zlokalizowana będzie przy wyjściu z boiska rozgrzewkowego.

Limit czasu stawienia się na bramce	Wyprowadzenie na start
w konkurencjach biegowych i w chodzie sportowym na 25 minut przed startem (wyprowadzenie seriami)	10' przed startem
w skoku o tyczce 80 minut przed planowaną godziną rozpoczęcia konkurencji	65' przed startem
w skoku wzwyż 50 minut przed planowaną godziną rozpoczęcia konkurencji	35' przed startem
w pozostałych konkurencjach technicznych i w biegach przez płotki na 35 minut przed planowaną godziną rozpoczęcia konkurencji (wyprowadzenie seriami)	20' przed startem
w biegach sztafetowych na 30 minut przed startem (wyprowadzenie seriami)	15' przed startem

Uwaga 1: Zawodnicy, którzy nie zgłoszą się na bramkę nie będą dopuszczeni do startu.

Uwaga 2: Zawodnicy nie posiadający prawidłowo umieszczonych numerów startowych przydzielonych przez organizatora nie zostaną dopuszczeni do startu.

Prawidłowe umieszczenie numerów startowych jest następujące:

- w konkurencjach biegowych, w chodzie sportowym oraz w konkurencjach technicznych z wyłączeniem skoków (w dal, trójskok, tyczka, wzwyż) obowiązek posiadania 2 numerów startowych (numer z nazwiskiem na klatce piersiowej);
- w skokach (w dal, trójskok, tyczka, wzwyż) wystarczy 1 numer startowy z nazwiskiem, umieszczony na plecach bądź na klatce piersiowej.

## 15. Dekoracja medalowa

Zawodnik przystępujący do ceremonii dekoracji medalowej obowiązany jest nosić dedykowany numer medalowy przygotowany do dekoracji medalowej. Numer medalowy zostanie przekazany zawodnikowi w miejscu przygotowania do dekoracji medalowej przez osoby sprawujące nadzór nad dekoracją. Zawodnik zobligowany jest do umieszczenia go na ubraniu, z przodu, w widocznym miejscu (tj. analogicznie do umiejscowienia numeru startowego).

Dekoracje medalowe będą odbywały się poza płytą stadionu w sesjach po zakończeniu kolejnych dni zawodów.

## 16. Zasady finansowania

Koszty organizacji zawodów pokrywa organizator, koszty uczestnictwa ponoszą zgłaszające kluby.

## 17. Noclegi i wyżywienie

Informacja o noclegach i wyżywieniu zostanie określona przez organizatora w komunikacie organizacyjnym.

## 18. Inne

- ✓ Woj. ZLA proszone są o poinformowanie swoich klubów o treści niniejszego regulaminu.
- ✓ Zawodnik przystępując do startu w zawodach oświadcza, że:
  - ❖ zapoznał się z treścią niniejszego Regulaminu i zobowiązuje się do jego przestrzegania. Nieprzestrzeganie niniejszego Regulaminu może skutkować wykluczeniem zawodnika ze startu w zawodach lub z udziału w ceremonii dekoracji medalowej,
  - ❖ zapoznał się z informacją organizacyjną oraz techniczną i zobowiązuje się do ich przestrzegania. Nieprzestrzeganie ujętych w informacji organizacyjnej i technicznej zasad może skutkować wykluczeniem zawodnika ze startu w zawodach,
  - ❖ wyraża zgodę na nieodpłatne utrwalenie wizerunku w formie rejestracji foto i video, a także publikację i udostępnienie wizerunku w dokumentach sprawozdawczych, wydawnictwach oraz w internecie przez Polski Związek Lekkiej Atletyki,
- ✓ Zgodnie z art. 38 Ustawy o sporcie z 25 czerwca 2010 r. (Dz. U. z 2018 r. poz. 1669 z późn. zm.) obowiązek ubezpieczenia zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków należy do klubu, którego zawodnik jest członkiem.
- ✓ Zawodnicy startujący w 98. PZLA Mistrzostwach Polski zobowiązani są do występowania podczas zawodów w ubiorach dopuszczonych przez klub (wyklucza się start w ubiorach reprezentacji Polski).

**Ostateczna decyzja w sprawach nieujętych w niniejszym regulaminie „98. PZLA Mistrzostw Polski” należy do Polskiego Związku Lekkiej Atletyki**



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki