

Regulamin zawodów lekkoatletycznych XXIX Ogólnopolskiej Spartakiady Prawników Opole 2018

Termin i miejsce: 13-14.09.2018 r. Miejski Stadion Lekkoatletyczny
im. Opolskich Olimpijczyków, Opole ul. Sosnkowskiego 12.

Program minutowy

13.09.2018 r. - czwartek

13.00-13.40 *Weryfikacja zawodników*

14.00	60 m K	JM	(4 serie)
14.20	60 m K	J+JS	(1 seria)
14.30	100 m M	JM	(5 serii)
14.55	100 m M	J+JS	(1 seria)
15.10	1500 m K	JM	(1 seria)
15.25	1500 m K	J+JS	(1 seria)
15.35	60 m K	JM	(Finał)
15.40	100 m M	JM	(Finał)
15.50	400 m K	JM	(3 serie)
16.05	400 m K	J+JS	(1 seria)
16.10	400 m M	JM	(3 serie)
16.25	400 m M	J+JS	(2 serie)
16.35	800 m K	JM	(2 serie)
16.55	800 m K	J+JS	(1 seria)
17.05	800 m M	JM	(2 serie)
17.25	800 m M	J+JS	(1 seria)
17.40	200 m K	JM	(3 serie)
17.55	200 m K	J+JS	(1 seria)
18.00	200 m M	JM	(3 serie)
18.15	200 m M	J+JS	(2 serie)
18.25	3000 m M	JM	(2 serie)
18.55	3000 m M	J+JS	(2 serie)
19.20	4x100 m	K+M	(1 seria)

Partner główny



Sponsor



14.09.2018 r. - piątek

11.00-11.40 Weryfikacja zawodników

12.00	skok w dal	M	JM (gr.A - 16)
12.00	skok w dal	M	JM (gr.B - 16)
12.00	pchnięcie kulą	M	JM (gr.A - 16)
12.00	pchnięcie kulą	M	JM (gr.B - 16)
12.00	skok wzwyż	K	JM+J (7+4)
12.00	skok wzwyż	M	J+JS (15)
13.15	pchnięcie kulą	K	JM (gr.A - 13)
13.15	pchnięcie kulą	K	JM (gr.B - 11)
13.30	skok w dal	M	J+JS (9+5)
13.30	skok w dal	M	J (14)
14.00	skok wzwyż	M	JM (13)
14.15	pchnięcie kulą	K	J+JS (10+2)
14.15	pchnięcie kulą	M	J+JS (21+4)
14.30	skok w dal	K	JM (23)
14.30	skok w dal	K	J+JS (7+1)

System rozgrywania zawodów:

- W konkurencjach biegowych (oprócz biegów na 60 m K JM i 100 m M JM) odbędą się serie na czas. Kolejność końcowa zostanie ustalona wg rezultatów uzyskanych w seriach. W biegach na 60 m K JM i 100 m M JM zostanie rozegrany bieg finałowy. Do biegu finałowego w tej konkurencji zakwalifikowanych zostanie 8 zawodników i 8 zawodniczek, wg czasów uzyskanych w seriach eliminacyjnych.
- W konkurencjach technicznych: skok w dal K i M oraz pchnięcie kulą K i M, zawodniczkom/zawodnikom przysługują 4 próby, niezależnie od ilości startujących zawodników.
- Obowiązuje następujący ciężar sprzętu: Kobiety – kula 3 kg, Mężczyźni – kula 6 kg.
- Pozostałe przepisy wg "Przepisów zawodów w lekkoatletyce" (PZLA).
- Przed startem do każdej konkurencji obowiązuje zbiórka w miejscu rozgrywania konkurencji:
 - ✓ 15 min przed konkurencjami biegowymi,
 - ✓ 20 min przed konkurencjami technicznymi.

Partner główny



Sponsor

