



Łódzki Okręgowy
Związek Lekkiej
Atletyki



INDOOR TRACK RUN 2021

OTWARTE TESTY MOTORYCZNE - skoczność, szybkość, wytrzymałość (dystanse nietypowe)

- I. **TERMIN:** 13.02.2021r. **GODZINA 14.00 (start pierwszej konkurencji)**
- II. **MIEJSCE:** Hala Rudzkiego Klubu Sportowego w Łodzi ul. Rudzka 37
- III. **ORGANIZATOR:** TIME4S Radosław Sekieta
- IV. **POD PATRONATEM:** Łódzki Okręgowy Związek Lekkiej Atletyki
- V. **KONKURENCJE:** K – 60m, 300m, 600m, 1000m, 2000m, w dal, wzwyż, 4x200m
M – 60m, 300m, 600m, 1000m, 2000m, w dal, wzwyż, 4x200m

Aby konkurencja się odbyła musi zgłosić się do niej minimum trzech zawodników do zamknięcia panelu zgłoszeń.

- VI. **UCZESTNICTWO:** do udziału w testach upoważnione są wszystkie kategorie wiekowe. Wskazane jest posiadanie badań lekarskich oraz posiadanie licencji zawodniczej. Numer startowy oraz agrafki otrzyma każdy zawodnik, który dokona opłaty za minimum jedną konkurencję – numer startowy jest nadawany dla uczestnika do wszystkich konkurencji.
- VII. **ZGŁOSZENIA:** do 10.02.2020r. do godziny 21.00 pod adresem www.time4s.pl/zapisy.html

**Wpisowe płatne jest na konto:
TIME4S Radosław Sekieta
05 1140 2004 0000 3802 7585 3040
Ul.Ciasna 4m1
93-547 Łódź
NIP 728-236-13-55
REGON 473290840**

Opłata startowa tytułem: TESTY MOTORYCZNE 13.02 (imię i nazwisko) oraz ilość konkurencji. Płatności elektroniczne obsługiwane są przez PAYU.

- VIII. **ZASADY KWALIFIKACJI:** w biegach na 60 m, rozegrane zostaną eliminacje i finał. Awans do finału – 6 najlepszych czasów z eliminacji. W przypadku dużej liczby uczestników istnieje możliwość na rozegranie finałów B. W pozostałych konkurencjach biegowych - serie na czas, w skoku w dal każdemu zawodnikowi przysługują 4 próby

- IX. OPŁATY:** opłata startowa wynosi 15zł za każdą konkurencję. Zwrot środków możliwy do dnia 11.02.2021 z potrąceniem 5% wpłaconej kwoty związanej z kosztami administracyjnymi. W przypadku chęci otrzymania FV prosimy o wysłanie danych na maila biuro@time4s.pl wraz z potwierdzeniem opłaty startowej.
- X. INNE:** startujących ubezpiecza zgłaszający - podstawa prawna Dz.U. nr 25 poz. 7 z dnia 06.03.1996 r. w zawodach może wziąć udział każdy zawodnik, który: zgłosi się przy pomocy formularza zgłoszeniowego, wniesie opłatę startową oraz w dniu zawodów wypełni informacje związane ze stanem zdrowia dotyczące zagrożenia zarażeniem wirusem COVID-19 , osoby niepełnoletnie startują za zgoda i przy obecności opiekuna prawnego. Polityka ochrony danych osobowych RODO dostępna na stronie www.time4s.pl pod linkiem <https://time4s.pl/uploads/rodo-5fac590f5609f.pdf>
- Wszelkie uwagi oraz reklamacje prosimy kierować na adres biuro@time4s.pl postaramy się niezwłocznie odpowiedzieć na wszystkie wasze wątpliwości.
- XI. POMIAR CZASU: SLANDI**
- XII. Kierownik zawodów – Radosław Sekieta tel. 501 894 154**
- XIII. NAGRODY:** nagród w testach motorycznych nie przewiduje się.
- XIV. Szczegółowy program minutowy: zostanie opublikowany po zamknięciu listy zgłoszeń na stronach www.time4s.pl oraz <https://www.facebook.com/Indoor-Track-Run-1648004412123172/>**

UWAGA!

Wszystkich uczestników testów oraz trenerów i sędziów obowiązuje obuwie zamknięte. Do zaznaczania rozbiegów zawodnicy mogą używać znaczników i taśm samoprzylepnych. Obowiązuje bezwzględny zakaz używania kredy. Każda ewentualna zmiana w bazie może nastąpić tylko za pisemną zgodą kierownika zawodów. Zawodnicy zgłoszeni do zawodów niezgodnie z regulaminem nie będą dopuszczeni do startu. W związku z obecną sytuacją pandemii COVID-19 zwracamy się z uprzejmą prośbą do wszystkich uczestników o stosowanie się do aktualnie obowiązujących przepisów i zaleceń w tym zakrywania nosa i ust w strefie tzw ogólnej (poza areną sportową), dezynfekcji rąk bezpośrednio po wejściu na teren obiektu. W związku z aktualnymi zaleceniami w formularzu rejestracyjnym obowiązkowe będzie potwierdzenie posiadania licencji zawodniczej w innym przypadku rejestracja nie będzie możliwa. Testy odbywają się bez udziału publiczności. Planowana jest transmisja online z testów.

PROGRAM MINUTOWY

I SESJA ZAWODÓW

13.00 Otwarcie obiektów RKS Łódź oraz biura zawodów

14.00 60 m K	12 serii	14.00 w dal K (18)
14.30 60 m M	12 serii	
15.10 60 m K	FINAŁ B	
15.13 60 m K	FINAŁ A	
15.16 60 m M	FINAŁ B	
15.19 60 m M	FINAŁ A	
15.25 2000 m K	1 seria	15.00 wzwyż K(7) + M(5)
15.35 2000 m M	2 serie	

PRZERWA TECHNICZNA 15'

II SESJA ZAWODÓW

16.00 600 m K	2 serie	
16.08 600 m M	3 serie	
16.20 300 m K	12 serii	16.00w dal M (16)
16.50 300 m M	12 serii	
17.15 1000 m K	1 seria	
17.23 1000 m M	2 serie	
17:35 4x200m		