



Łódzki Okręgowy
Związek Lekkiej
Atletyki



INDOOR TRACK RUN 2021

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

- I. **TERMIN:** 28.02.2021r. **GODZINA 11.00** (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 – 60 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, w dal, wzwyż, 4x200m, wieloskok
M – 60 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, w dal, wzwyż, 4x200m, wieloskok

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 24.02.2020r. do godziny 21.00 pod adresem (w przypadku zgłoszeń lub opłat po terminie podwójna opłata startowa, zgłoszenia po terminie lub w dniu zawodów tylko za zgodą organizatora) 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 28.02 (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 startujących 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 25.02.2021 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 wypełni informacje związane ze stanem zdrowia dotyczące zagrożenia zarażeniem wirusem COVID-19, osoby niepełnoletnie startują za zgodą 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 zmienne. 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

10.00 Otwarcie obiektów RKS Łódź oraz biura zawodów

11:00 60 m K	14serii	11.00 w dal K (26)
11:30 60 m M	15serii	
12:05 60 m K	FINAŁ B	
12:10 60 m K	FINAŁ A	
12:15 60 m M	FINAŁ B	
12:20 60 m M	FINAŁ A	
12:25 1500 m K	1seria	12.25 wżwyż K + M
12:35 1500 m M	3serie	

PRZERWA TECHNICZNA 10'

II SESJA ZAWODÓW

13:00 800 m K	3serie	
13:15 800 m M	4serie	
13:35 200 m K	16serii	14.10 w dal M
14:10 200 m M	19serii	
14:45 400 m K	9serii	
15:05 400 m M	7serii	
15:20 4x200m		15:20 wieloskok