



---

# INDOOR TRACK RUN 2022

- I. **TERMIN:** 30.01.2022r. *GODZINA 13.00 (start pierwszej konkurencji)*
- II. **MIEJSCE:** Hala Rudzkiego Klubu Sportowego w Łodzi ul. Rudzka 37
- III. **ORGANIZATOR:** ZABIEGANI w ŁODZI
- IV. **WYKONAWCA:** TIME4S Radosław Sekieta 501 894 154, [biuro@time4s.pl](mailto:biuro@time4s.pl)
- V. **KONKURENCJE:** K – *60m ppł, 60m, 150m, 300m, 500m, 1000m, 2000m, w dal, wzwyż, 4x200m*  
M – *60m ppł, 60m, 150m, 300m, 500m, 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 zawodach upoważnione są wszystkie kategorie wiekowe. Wskazane jest posiadanie badań lekarskich. Numer startowy oraz agrafki otrzyma każdy zawodnik, który dokona rejestracji na minimum jedną konkurencję – numer startowy jest nadawany dla uczestnika do wszystkich konkurencji.
- VII. **ZGŁOSZENIA:** do 26.01.2022r. do godziny 21.00 pod adresem <https://time4s.pl/kalendarz>

**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**

**Oplata startowa tytułem: INDOOR TRACK RUN 30.01 (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:**
- 30zł za pierwszą konkurencję.
  - 20zł za drugą konkurencję.
  - 10zł za trzecią konkurencję i każdą kolejną

**Zwrot środków możliwy do dnia 26.01.2022 z potrąceniem 5% wpłaconej kwoty związanej z kosztami administracyjnymi. W przypadku chęci otrzymania FV prosimy o wysłanie danych na maila [biuro@time4s.pl](mailto:biuro@time4s.pl) wraz z potwierdzeniem opłaty startowej. Sztafety zgłoszenie i opłata 20zł w dniu zawodów.**

- X. INNE:** startujący ubezpiecza się we własnym zakresie. 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 oraz posiadaniem lub nie paszportu COVID. Osoby niepełnoletnie startują za zgodą i przy obecności opiekuna prawnego. Polityka ochrony danych osobowych RODO dostępna na stronie [www.time4s.pl](http://www.time4s.pl) pod linkiem.

<https://time4s.pl/uploads/rodo-5fac590f5609f.pdf>

Wszelkie uwagi oraz reklamacje prosimy kierować na adres [biuro@time4s.pl](mailto: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 nie przewiduje się.**

- XIV. Szczegółowy program minutowy: zostanie opublikowany po zamknięciu listy zgłoszeń na stronach <https://time4s.pl/kalendarz> 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.. Zawody odbywają się bez udziału publiczności. Planowana jest transmisja online z imprezy.**

## **PROGRAM MINUTOWY**

### **I SESJA ZAWODÓW**

**12.00 Otwarcie obiektów RKS Łódź oraz biura zawodów**

**13.00 60 m ppł K** **13.00 wżwyż K + M**

**13.10 60 m ppł M**

**13.20 60 m K serie**

**13.45 60 m M serie**

**14.10 60 m K FINAŁ B**

**14.13 60 m K FINAŁ A**

**14.16 60 m M FINAŁ B** **14.20 w dal K + M**

**14.19 60 m M FINAŁ A**

**14.23 2000 m K + M**

**PRZERWA TECHNICZNA 15'**

### **II SESJA ZAWODÓW**

**14.40 1000m K**

**14:50 1000m M**

**15.00 500 m K**

**15.10 500 m M**

**15.20 300 m K**

**15.35 300 m M**

**15.50 150 m K**

**16:15 150 m M**

**16:40 4x200m**