

Nestle Cup

OGÓLNOPOLSKI FINAŁ LEKKOATLETYKA DLA KAŻDEGO KRAKÓW 2025

Regulamin zawodów

I. Organizator

- Polski Związek Lekkiej Atletyki

II. Sponsorzy

- NESTLE
- Ministerstwo Sportu i Turystyki

III. Współorganizatorzy i partnerzy

- Małopolski Związek Lekkiej Atletyki
- Miasto Kraków
- Zarząd Infrastruktury Sportowej w Krakowie
- Województwo Małopolskie

IV. Cele zawodów

1. Popularyzacja lekkiej atletyki wśród dzieci i młodzieży szkolnej.
2. Wyrównywanie szans dzieci i młodzieży w dostępie do usystematyzowanej aktywności fizycznej.
3. Promocja zdrowego i aktywnego stylu życia.
4. Zachęcenie rodziców do zainteresowania się prozdrowotną aktywnością fizyczną dzieci.
5. Aktywizacja lokalnych struktur samorządu terytorialnego i lokalnych środowisk do współpracy przy organizacji projektu.

V. Termin i miejsce

Termin: 14 czerwca 2025 roku

Miejsce: Kraków, stadion Akademii Kultury Fizycznej w Krakowie – ul. Aleja Jana Pawła II 78 w Krakowie

VI. Reprezentacja wojewódzka

Reprezentacja wojewódzka składa się z 36 zawodników i zawodniczek w kategoriach: U14 (2013, 2012) i U16 (2011, 2010)

Łącznie ekipa wojewódzka może liczyć od 41 do 42 osób, w tym:

- 36 zawodników
- 4 trenerów
- 1- 2 kierowców

VII. Konkurencje objęte programem FINAŁ LEKKOATLETYKA DLA KAŻDEGO ! NESTLE CUP

- **U14 dziewczęta:** 100m, 300m, 600m, 800m przeszkody, chód 2000m, 80m pł (8 pł-76,2/11,5/7,5), skok w dal, skok wzwyż, tyczka, rzut oszczepem (400g), kula 2kg,
- **U 14 chłopcy:** 100m, 300m, 600m, 800m przeszkody, chód 2000m, 100m pł (11m pł-83,8/13/8,5), skok w dal, skok wzwyż, tyczka, rzut oszczepem (500g), kula 4kg,
- **U 16 dziewczęta:** 100m, 300m, 600m, 80m pł (8pł-76,2/12,00/8,00), 300m pł (7pł-76,2/45,00/35,00), 1000m przeszkody, chód 2000m, skok w dal, skok wzwyż, tyczka, rzut oszczepem (500g), kula 3kg, rzut dyskiem 0,75kg,
- **U16 chłopcy:** 100m, 300m, 600m, 110m pł (10pł- , 91,4/13,60/8.90), 300m pł (7pł-76,2/45,00/35,00), chód 2000m, 1000m przeszkody, skok w dal, skok wzwyż, tyczka, rzut oszczepem (600g), rzut dyskiem 1kg, kula 5kg,
- **Bieg sztafetowy** 8x200 m U14 2 dz + 2chł, U16 2K+2M)
- **Konkurs kulinarny SZEŃ KUCHNI LDK**

VIII. Warunki uczestnictwa

1. Prawo startu w zawodach mają wyłącznie członkowie programu Lekkoatletyka dla każdego!, którzy:
 - posiadają złożoną w PZLA zgodę rodziców na udział w programie,
 - posiadają zgodę rodziców / prawnych opiekunów na udział w zawodach i testach,
 - **uzyskali oficjalne wyniki w dwóch innych konkurencjach w sezonie halowym 2025 oraz w sezonie letnim do 8.06.2025r.**
 - zawodnicy kategorii U16 posiadają ważne orzeczenie lekarskie w panelu Starter PZLA.
2. Zawodnik ma prawo startu w jednej konkurencji i w sztafecie oraz konkursie kulinarnym.
3. Zasady kwalifikacji do reprezentacji wojewódzkiej ustalają koordynatorzy w porozumieniu WZLA.

IX. Zasady rozgrywania konkurencji

- **U14-** 100 eliminacje i finał (zwycięzca serii + czasy), pozostałe konkurencje biegowe i chód- serie na czas
 - w biegach płotkarskich w przypadku jednej serii- bieg eliminacyjny +finał, dwie i więcej serii eliminacje i finał (zwycięzca serii + czasy)
 - skok w dal- strefa (4 próby dla wszystkich+ finał 8 osób po 2 próby)
 - kula (4 próby dla wszystkich+ finał 8 osób po 2 próby)
- **U16-**100m eliminacje i finał (zwycięzca serii + czasy), pozostałe konkurencje biegowe i chód- serie na czas
 - w biegach płotkarskich 80mpł i 110mpł w przypadku jednej serii- bieg eliminacyjny + finał, dwie i więcej serii eliminacje i finał (zwycięzca serii + czasy)
 - skok w dal, (4 próby dla wszystkich + finał 8 osób po 2 próby)
 - oszczep, (4 próby dla wszystkich + finał po 2 próby)

- biegi przeszkodowe dziewcząt i chłopców U14 dystansie 800m rozgrywane na płotkach trójkątnych Polanik PTS-2 (7 przeszkód o wymiarach: wys. 50cm szer. 300cm),
- pozostałe konkurencje wg regulaminu PZLA.
- pierwsze wysokości w skoku wzwyż: DzU14 – 130cm / DzU16 – 140cm / ChU14- 130cm/ ChU16 – 150cm
- pierwsze wysokości w skoku o tyczce: DzU14-160cm, DzU16-170cm, ChU14- 160cm, ChU16-170cm,
- konkurencje będą rozegrane przy minimum 6 startujących uczestników w kategorii,

X. Klasyfikacja województw

1. Klasyfikacja województw łącznie dla dziewcząt i chłopców z kategorii (U14 i U16).
2. Punkty za miejsca 1-12 we wszystkich konkurencjach i sztafecie oraz **konkursie kulinarnym SZEŹ KUCHNI LDK** wg klucza:
1m-12pkt, 2m – 11pkt, 3m -10pkt, 4m-9pkt, 5m-8pkt, 6m -7pkt, 7m-6pkt, 8m-5pkt, 9m- 4pkt, 10m-3pkt, 11m-2pkt, 12m-1pkt,
3. Zawodnik, który nie ukończy konkurencji nie otrzymuje punktów.
4. Suma punktów decyduje o klasyfikacji województwa.

XI. Nagrody

1. Za miejsca I-III w konkurencjach indywidualnych zawodnicy otrzymują medale.
2. Zwycięzcy w konkurencjach : oszczep, 300m i skok wzwyż w ramach **Pucharu Mistrzów** otrzymują dodatkowo okolicznościowe puchary.
3. Za miejsca I-VIII w klasyfikacji województw puchary.

XII. Zgłoszenia

Obowiązuje wyłącznie system zgłoszeń elektronicznych poprzez panel STARTER PZLA, czynny w terminie od 30.05 do 09.06.2025r. do godz. 15.00. Za zgłoszenie reprezentacji wojewódzkiej odpowiada koordynator OLA. Rywalizacja w Pucharze Mistrzów w wybranych konkurencjach dla zawodników w ramach limitu wojewódzkiego.

XIII. Konkurs kulinarny

W ramach zawodów zostanie zorganizowany konkurs kulinarny SZEŹ KUCHNI LDK wg oddzielnego regulaminu.

Wyniki konkursu zostaną zaliczone do punktacji wojewódzkiej zawodów.

Nie ma ograniczeń w ilości punktujących zespołów dla jednego województwa.

XIV. Testy sprawności

W trakcie zawodów w dniu 14.06. wszyscy zawodnicy będą proszeni o udział w testach:

- pomiar siły – dynamometr,
- MCTSIB (Zmodyfikowany Kliniczny Test Integracji Sensorycznej i Równowagi).

Będą to szybkie testy angażujące zawodników w minimalnym stopniu i nie utrudniającym udziału w zawodach sportowych. Opis wykonania testów w oddzielnej instrukcji.

XV. Inne

1. Podczas weryfikacji należy przedstawić aktualną zgodę rodziców na udział w zawodach i testach.
2. Dla zawodników od kategorii od U16 i starszych obowiązuje ważne orzeczenie lekarskie w panelu Starter PZLA.
3. Zasady finansowania:
 - koszty organizacji zawodów ponosi PZLA, MSiT, NESTLE i Miasto Kraków,
 - koszt transportu po stronie WZLA, klubów lub sponsorów,
4. Organizator zapewnia noclegi w dniach 13/14.06 z wyżywieniem od kolacji 13.06 do obiadu w dniu 14.06 dla zawodników, trenerów oraz finalistów konkursu kulinarnego dla ekip wojewódzkich powyżej 180km od Krakowa.
5. Wszyscy uczestnicy zawodów są ubezpieczeni od następstw nieszczęśliwych wypadków.
6. Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatorów.

XVI. Konkurencje rozgrywane w ramach programu PUCHAR MISTRZÓW

(trzy konkurencje wybrane z programu mistrzostw LDK)

- rzut oszczepem DZ U14 i U16, CH U14 i U16
- 300m DZ U14 i U16, CH U14 i U16
- skok wzwyż DZ U14 i U16, CH U14 i U16

**Zapraszamy
ZESPÓŁ LDK!**

