



REGULAMIN ZAWODÓW

W zawodach rangi **Mistrzostw Polski Niesłyszących w Lekkoatletyce** przepisy dostosowane są w oparciu o obowiązujące przepisy **Polskiego Związku Lekkiej Atletyki (www.pzla.pl)**.

- ✓ Zawodnicy, którzy popełnili **jeden falstart** w konkurencjach biegowych - wiąże się to z dyskwalifikacją.
- ✓ Zawodnicy, którzy próbowali **trzy spalone** w konkurencjach technicznych - wiąże się to z dyskwalifikacją.
- ✓ **Aparaty słuchowe, implanty słuchowe** są zakazane w startach Mistrzostw Polski Niesłyszących w Lekkoatletyce.
- ✓ Zawodnicy muszą się stawić punktualnie na bramce przed startem w konkurencjach biegowych **15 minut**, a w konkurencjach technicznych **25 minut**. Za wysokie spóźnienie będą skreśleni jako **DNS**.
- ✓ Zakaz wejścia na stadion **opiekunów i kibiców**. Kibice, opiekunowie mogą mieścić się w trybunie. **Trenerzy klubowi** mogą wejść na stadion pod warunkiem uzyskania zezwolenia przez organizatora Mistrzostw Polski Niesłyszących - **identyfikator**.
- ✓ Zasady awansu do finału (Q-awans miejscem, q-awans czasem).
- ✓ Zgodnie z art. 38 „Ustawy o sporcie” z 25.06.2010 r. obowiązek ubezpieczenia zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków należy do klubu, którego zawodnik jest członkiem.
- ✓ Zawodnicy startujący w Mistrzostwach Polski Niesłyszących zobowiązani są do występowania podczas zawodów w ubiorach dopuszczonych przez klub (**wyklucza się start w ubiorach Reprezentacji Polski PZSN**).
- ✓ Zawodnicy startujący w Mistrzostwach Polski Niesłyszących mają prawo wystartować maksymalnie w 2 konkurencjach w 1 dniu.
- ✓ Dopuszczalna długość kolców w obuwiu wynosi: 7 mm.

W trakcie Mistrzostwa Polski Niesłyszących w Lekkoatletyce w Szczecinie Zawodnicy osiągający minimum mają prawo do uczestnictwa w **10. Mistrzostwach Europy Niesłyszących w Bochum (Niemcy) w dniach 21-28.07.2019 roku**.



10th EUROPEAN DEAF ATHLETICS CHAMPIONSHIPS

21th to 28th July 2019
patronage • Armin Laschet • prime minister of NRW



Lohrheide Stadium
Lohrheidestraße 82
44866 Bochum/GER
opening • Monday 22.07. - 10:00 hrs

presented by



organized by



www.2019athletics-ec.dg-sv.de

promoted by



sponsored by





Legenda zasad kwalifikacji do udziału na Mistrzostwa Europy Niesłyszących BOCHUM/NIEMCY – 21-28.08.2019 r.

KOBIECY				
Konkurencja	IG' 2021 ?	MŚG' 2020 ?	MEG' 2019 Bochum	
100 m	12.75	13.00	13.30	
200 m	25.90	26.40	26.90	
400 m	58.00	59.00	1:00.00	
800 m	2:17.50	2:19.00	2:20.50	
1500 m	4:40.00	4:45.00	4:55.00	
3000 m	-	-	10:30.00	
5000 m	18:30.00	19:30.00	20:30.00	
10000 m	39:30.00	40:30.00	43:00.00	
100 m pł	17.20	17.40	17.80	
400 m pł	1.05.00	1.06.00	1.09.80	
3000 m z przesk.	12:30.00	13:30.00	14:00.00	
Sztafeta 4x100 m	51.50 Ind. (12.75-13.20)	53.00 Ind. (13.00-13.40)	54.00 Ind. (13.30-13.70)	
Sztafeta 4x400 m	4:06.00 Ind. (58.00-1:00.00)	4:10.00 Ind. (59.00-1:01.00)	4:18.00 Ind. (1:00.00-1:02.00)	
Maraton	3:15.00	3:20.00	3:25.00	
Pchnięcie kulą	12.00	11.50	10.20	
Rzut dyskiem	41.00	39.00	32.00	
Rzut oszczepem	40.00	38.00	34.00	
Rzut młotem	47.00	45.00	40.00	
Skok w dal	5.50	5.40	5.20	
Skok o tyczce	2.80	2.60	2.40	
Skok wzwyż	160	155	145	
Trójskok	11.80	11.60	11.30	
Siedmiobój	-	-	-	

MĘZCZYŹNI				
Konkurencja	IG' 2021 ?	MŚG' 2020 ?	MEG' 2019 Bochum	
100 m	11.10	11.20	11.35	
200 m	22.45	22.65	22.90	
400 m	49.95	50.30	51.50	
800 m	1:55.00	1:56.00	1:57.00	
1500 m	3:56.00	3:58.00	4:00.00	
3000 m	-	-	8:35.00	
5000 m	15:00.00	15:10.00	15:20.00	
10000 m	32:00.00	32:30.00	32:40.00	
110 m pł	15.40	15.60	15.90	
400 m pł	55.00	57.00	59.00	
3000 m z przesk.	9:20.00	9:30.00	9:40.00	
Sztafeta 4x100 m	43.00 Ind. (11.10-11.25)	44.00 Ind. (11.20-11.35)	45.00 Ind. (11.35-11.55)	
Sztafeta 4x400 m	3:22.00 Ind. (49.95-50.75)	3:25.00 Ind. (50.30-51.10)	3:27.00 Ind. (51.50-52.30)	
Maraton	2:40.00	2:45.00	2:55.00	
Pchnięcie kulą	15.00	14.00	13.00	
Rzut dyskiem	46.00	45.00	40.00	
Rzut oszczepem	62.00	58.00	50.00	
Rzut młotem	51.00	49.00	46.00	
Skok w dal	6.80	6.70	6.50	
Skok o tyczce	4.30	4.10	3.80	
Skok wzwyż	195	192	190	
Trójskok	14.00	13.80	13.00	
Dziesięciobój	5.200 pkt.	5.000 pkt.	4.500 pkt.	