

U16 és U14 Atlétikai Bajnokság Délkeleti terület – I. forduló

1. A bajnokság célja:

Az atlétika sportág népszerűsítése, a felkészülési- és a versenyzési lehetőségek bővítése.
U16 korosztályban bejutási lehetőség a szabadtéri egyéni bajnokságra.

2. A bajnokság helyszíne és ideje:

**Debrecen, Gyulai István Atlétikai Stadion, Oláh Gábor utca 5.
2021. május 14-15.**

3. A bajnokság rendezője:

A Magyar Atlétikai Szövetség és Debreceni Sportcentrum Közhasznú Nonprofit Kft.

4. Versenybírószám:

Elnök:	Slezsák Ágnes
Elnökhelyettes:	Lengyelne Palkó Márta
Technikai elnökhelyettes:	Ferenczy Zsuzsanna
Titkár:	Veres Ádám, Német Botond

5. Részvevők:

A délkeleti terület megyéinek (Békés, Csongrád-Csanád, Hajdú-Bihar, Jász-Nagykun-Szolnok, Szabolcs-Szatmár-Bereg) közigazgatási területén működő (székhellyel rendelkező) sportszervezetek U16 és U14 korosztályú versenyzői, akik érvényes MASZ versenyengedéllyel rendelkeznek és nevezésüket a MASZ elfogadja.

6. Nevezés:

Kizárólag előnevezéssel a MIR rendszeren keresztül.

On-line nevezés indul: április 26. hétfő 00:00

On-line nevezés lezárul: május 7. péntek 23:59

7. Nevezési díj:

U16, U14: 1000 Ft/versenyszám

A nevezési díjakat az elfogadott nevezések után számla ellenében átutalással kell fizetni.

8. Versenyszámok:

U14:

Fiú: 80 m, 300 m, 600 m, 2000 m, 80 m gát (76,2 cm, 8 gát, 12-8-12), 1000 m akadály (76,2 cm, 8 akadály vizesárok nélkül), 3000 m gyaloglás, magasugrás, rúdugrás, távolugrás (60cm-es elugrósáv), ötösugrás (helyből), súlylökés (3 kg), diszkoszvetés (0,75 kg), kalapácsvetés (3 kg), gerelyhajítás (500 gr)

Leány: 80 m, 300 m, 600 m, 2000 m, 80 m gát (76,2 cm, 8 gát, 12-7,75-13,75), 1000 m akadály (76,2 cm, 8 akadály, vizesárok nélkül), 3000 m gyaloglás, magasugrás, rúdugrás, távolugrás, ötösugrás (helyből), súlylökés (2 kg), diszkoszvetés (0,75 kg), kalapácsvetés (2 kg), gerelyhajítás (500 gr)

Ötösugrás helyből: Az ugrást helyből kell végrehajtani, lehet páros lábbal indulva, de lehet harántterpeszállásból is. Az utóbbinál a súlypontot annyira lehet hátra vinni, hogy az elugró láb sarka nem emelkedhet el a talajról. Az ugrásokat váltott lábbal kell végrehajtani.

Az ugrást a leérkező helytől a fiúknál és a leányoknál egyaránt: **9,00 m és 11,00 m** -re krétával meghúzott fehér vonal mögöl kell végrehajtani.

Csak edzőcipőben lehet versenyezni!

U16:

Fiú: 100 m, 300 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 100 m gát (84 cm, 10 gát, 13-8,50-10,50), 300 m gát (76,2 cm, 7 gát, 45-35-45), 1500 m akadály (76,2 cm, 12 ak. + 3 vizesárok), 5000 m gyaloglás, magasugrás, rúdugrás, távolugrás, ötösugrás (korlátozott nekifutásból), súlylökés (4 kg), diszkoszvetés (1 kg), kalapácsvetés (4 kg), gerelyhajítás (600 gr)

Leány: 100 m, 300 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 80 m gát (76,2 cm, 8 gát, 12,50-8-11,50), 300 m gát (76,2 cm, 7 gát, 45-35-45), 1500 m akadály (76,2 cm, 12 ak. + 3 vizesárok), 3000 m gyaloglás, magasugrás, rúdugrás, távolugrás, ötösugrás (korlátozott nekifutásból), súlylökés (3 kg), diszkoszvetés (1 kg), kalapácsvetés (3 kg), gerelyhajítás (500 gr)

Ötösugrás korlátozott nekifutásból: A lendületszerzésre a lányoknál 11 m, a fiúknál 12 m engedélyezett. A nekifutás lehetséges legtávolabbi pontját krétával keresztbe húzott vonallal kell jelölni és egy futógátat kell elhelyezni rá. Az ugrásokat váltott lábbal kell végrehajtani.

Az elugrás 20 cm széles festett gerendáról történik. A gerenda távolsága a leányoknál **13,50 m és 14,50 m**, a fiúknál **14,50 m és 16,50 m**.

Szögescipőben is lehet versenyezni!

Versenyzési korlátozások:

U16 és U14 korcsoport:

Két nap alatt összesen maximum három versenyszámban indulhat, de egy nap maximum két versenyszámban lehetséges az indulása. Amennyiben a versenyző 300 m vagy annál hosszabb futószámban indult, más versenyszámban aznap már nem indulhat.

9. Jelentkezés és rajtszámátvétel:

Az OSEI épület oldalában kialakított jelentkező helyen lehetséges
A versenyszám kezdete előtt **75 perccel** lezárul.

10. <u>Call room</u> (OSEI Épület mögött):	megjelenés	bevezetés
- Futószámok:	15	10
- Gát:	20	15
- Ügyességi számok:	30	25
- Rúdugrás:	55	50 perccel a versenyszám előtt.

11. Kezdőmagasságok, magasságemelések:

A helyszínen kerülnek megállapításra.

12. Díjazás:

A versenyszámok 1-3. helyezettjei érem díjazásban részesülnek.

13. Saját szer:

Használata hitelesítés után megengedett. A szereket hitelesítésre legkésőbb **90 perccel** a versenyszám kezdete előtt le kell adni az arra kijelölt szerhitelesítő helyen, azokat a versenybíróóság szállítja a verseny helyszínére, majd versenyszám befejezése után ugyanitt átvehető.

14. Öltözési lehetőség: A melegítő pálya túloldalán található épületben. Az értéktárgyakért felelősséget nem vállalunk.

15. Bemelegítés: A dobó pályán lehetséges abban az időben, amikor nincs dobószám. Valamint az OSEI épület mögötti füves területen és az emelkedőn.

16. Egyéb:

- A pályán 9 mm-nél hosszabb szögű cipő nem használható.
- A versenyző csak az arra kijelölt helyen léphet be a pályára és hagyhatja el azt.

Figyelem!

A COVID-19 vírus miatt kialakult járványhelyzetben a verseny ideje alatt mindenki köteles ügyelni a 1,5 méteres távolság tartására, valamint a **helyes** maszkviselésre. A verseny területére történő belépéskor továbbra is alapvető elvárás a legszigorúbb higiéniai szabályok betartása. Továbbá felhívjuk figyelmüket a MASZ 7/2020. sz. és a 2/2021. sz. elnöki utasításának betartására és betartatására!

Budapest, 2021. április 13.

IDŐREND

1. nap péntek

12:30	Ötösugrás	leány	U16	
13:00	80 m	fiú	U14	if.
13:15	80 m	leány	U14	if.
13:40	100 m	leány	U16	if.
13:45	Távolugrás	fiú	U14	
13:55	100 m	fiú	U16	if.
14:00	Magasugrás	leány	U14, U16	
14:00	Súlylökés	leány	U14	
14:30	300 m gát	leány	U16	if.
14:55	Ötösugrás	leány	U14	
15:00	Súlylökés	fiú	U14	
15:15	600m	fiú	U14	if.
15:30	600m	leány	U14	if.
16:00	Távolugrás	fiú	U16	
16:00	Rúdugrás	fiú, leány	U14, U16	
16:00	Súlylökés	leány	U16	
16:00	1500 m	leány	U16	if.
16:10	1500 m	fiú	U16	if.
16:30	1000 m akadály	leány	U14	if.
16:50	1500 m akadály	leány	U16	if.
17:00	Súlylökés	fiú	U16	
17:10	5000 m, 3000 m gyal.	fiú, leány	U16, U14	

2. nap szombat

11:00	Gerelyhajítás	leány	U14, U16
11:00	Ötösugrás	fiú	U16
12:00	Gerelyhajítás	fiú	U14, U16
12:15	100 m gát if.	fiú	U16
12:15	Távolugrás	leány	U14
12:35	80 m gát if.	leány	U16
12:55	80 m gát if.	fiú	U14
13:15	80 m gát if.	leány	U14
13:15	Diszkoszvetés	leány	U16, U14
13:45	Távolugrás	leány	U16
14:45	Diszkoszvetés	fiú	U16, U14
14:50	800 m if.	leány	U16
15:00	800 m if.	fiú	U16
15:10	2000 m if.	leány	U14
15:15	Ötösugrás	fiú	U14
15:30	2000 m if.	fiú	U14
15:30	Magasugrás	fiú	U14, U16
15:50	300 m if.	leány	U14
16:00	300 m if.	fiú	U14
16:10	300 m if.	leány	U16
16:20	300 m if.	fiú	U16
16:35	3000 m if.	fiú	U16