

## Komunikat Mikołajkowe Lekkoatletyczne Zawody w Leśnej Podlaskiej.

## 1. Organizatorzy:

Szkoła Podstawowa w Leśnej Podlaskiej,  
Program Lekkoatletyka dla każdego!



## 2. Cel imprezy:

- popularyzacja lekkiej atletyki
- popularyzacja Programu Lekkoatletyka dla każdego!

### 3. Termin i miejsce:

04.12.2024 r. godz. 10.00 – Hala Sportowa w Szkole Podstawowej w Leśnej Podlaskiej

#### 4. Kategorie wiekowe i konkurencje:

**Klasy V-VI (rocz. 2012-2013) dziewczęta i chłopcy**

**Klasy IV (rocz. 2014 i młodszy) dziewczęta i chłopcy**

Konkurencje:

- bieg „australijski” na dyst. 30m (po ok. 6 osób w serii, 2-3 ostatnie odpadają, finał 6 osobowy),
- bieg na 3 okrążenia hali w seriach na czas
- bieg na 6 okrążeń hali w seriach na czas
- rzut piłką lekarską 1kg łączny lepszy wynik z rzutu w przód zza głowy i w tył za głowę – po dwie bezpośrednio po sobie próby w każdym boju
- skok w dal z miejsca, trzy bezpośrednio po sobie próby

### 5. Udział w zawodach:

Zgłoszenia na kartach startowych bezpośrednio u sędziów przed rozpoczęciem konkurencji. Do każdej konkurencji oddzielna karta. Udział w zawodach za pisemną zgodą rodziców wyrażoną na karcie startowej. Każdy zawodnik ma prawo udziału w 1 konkurencji biegowej i 1 technicznej. Uczestników obowiązuje strój sportowy oraz obuwie sportowe, zmienione przed wejściem na halę.

tel. kontaktowy: Janusz Wilczek - 503 147 533

## 6. Nagrody:

Indywidualne: za miejsca I – III medale z Programu LDK

Wzór karty startowej:

| Mikołajkowe Lekkoatletyczne Zawody w Leśnej Podlaskiej |               |          |   |           |   |          |   |               |
|--------------------------------------------------------|---------------|----------|---|-----------|---|----------|---|---------------|
| <hr/>                                                  |               |          |   |           |   |          |   |               |
| Nazwisko i imię                                        | rok urodzenia |          |   |           |   |          |   |               |
| <hr/>                                                  |               |          |   |           |   |          |   |               |
| Klasa                                                  |               |          |   |           |   |          |   |               |
| <hr/>                                                  |               |          |   |           |   |          |   |               |
| Konkurencja                                            |               |          |   |           |   |          |   |               |
| <hr/>                                                  |               |          |   |           |   |          |   |               |
| wynik I                                                | /             | wynik II | / | wynik III | / | wynik IV | / | wynik końcowy |
| <hr/>                                                  |               |          |   |           |   |          |   |               |
| Zgoda rodziców – czytelny podpis                       |               |          |   |           |   |          |   |               |
| Mikołajkowe Lekkoatletyczne Zawody w Leśnej Podlaskiej |               |          |   |           |   |          |   |               |

## Organizatorzy

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div>.....</div><div>Nazwisko i imię</div><div>.....</div><div>rok urodzenia</div><div>.....</div><div>Klasa</div><div>.....</div><div>Konkurencja</div><div>.....</div><div>wynik I</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik II</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik III</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik IV</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik końcowy</div><div>.....</div><div>Zgoda rodziców – czytelny podpis</div><div>Mikołajkowe Lekkoatletyczne Zawody w Leśnej Podlaskiej</div></div> | <div><div>.....</div><div>Nazwisko i imię</div><div>.....</div><div>rok urodzenia</div><div>.....</div><div>Klasa</div><div>.....</div><div>Konkurencja</div><div>.....</div><div>wynik I</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik II</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik III</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik IV</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik końcowy</div><div>.....</div><div>Zgoda rodziców – czytelny podpis</div><div>Mikołajkowe Lekkoatletyczne Zawody w Leśnej Podlaskiej</div></div> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div>.....</div><div>Nazwisko i imię</div><div>.....</div><div>rok urodzenia</div><div>.....</div><div>Klasa</div><div>.....</div><div>Konkurencja</div><div>.....</div><div>wynik I</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik II</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik III</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik IV</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik końcowy</div><div>.....</div><div>Zgoda rodziców – czytelny podpis</div><div>Mikołajkowe Lekkoatletyczne Zawody w Leśnej Podlaskiej</div></div> | <div><div>.....</div><div>Nazwisko i imię</div><div>.....</div><div>rok urodzenia</div><div>.....</div><div>Klasa</div><div>.....</div><div>Konkurencja</div><div>.....</div><div>wynik I</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik II</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik III</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik IV</div><div>/</div><div>.....</div><div>wynik końcowy</div><div>.....</div><div>Zgoda rodziców – czytelny podpis</div><div>Mikołajkowe Lekkoatletyczne Zawody w Leśnej Podlaskiej</div></div> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|