

Samorząd Województwa Podkarpackiego

Kuratorium Oświaty

Podkarpacki Wojewódzki Szkolny Związek Sportowy

w R z e s z o w i e

K A L E N D A R Z

Szkolnych Imprez Sportowych

na rok szkolny 2021/2022



Rzeszów, wrzesień 2021

Wydawca:

PODKARPACKI WOJEWÓDZKI SZKOLNY ZWIĄZEK SPORTOWY

ul. Wyspiańskiego 22

35-111 RZESZÓW

tel. / fax 17 856 44 82

e-mail: podkarpackiszs@wp.pl

www.szs.rzeszow.pl

(organizacja pożytku publicznego)

Wydawnictwo sfinansowano ze środków:

- **Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu**
 - **Województwa Podkarpackiego**

Opracowanie:

Jacek Bigus

Skład i druk

Drukarnia „EuroPrint” Rzeszów – M. Szela, T. Szela

ISSN 1640-9302

**Szanowni Państwo:
Przewodniczący Samorządów,
Starostowie, Prezydenci, Burmistrzowie, Wójtowie,
Dyrektorzy Szkół, Nauczyciele Wychowania Fizycznego,
Działacze, Rodzice i Uczniowie, Sympatycy sportu szkolnego**

Przedstawiamy Państwu „Kalendarz szkolnych imprez sportowych na rok szkolny 2021/2022” przyjęty przez Zarząd Podkarpackiego Wojewódzkiego Szkolnego Związku Sportowego w Rzeszowie. Kalendarz zawiera informacje organizacyjne, regulaminowe i terminowe współzawodnictwa sportu szkolnego.

Realizacja programu imprez, chociaż w ub. roku bardzo skromnego była możliwa dzięki dużemu zaangażowaniu nauczycieli i organizatorów sportu na każdym kolejnym etapie, za co im serdecznie dziękujemy. Wyrażamy również podziękowanie tym, którzy pomogli nam finansowo i merytorycznie w poprzednim roku szkolnym: Ministerstwu Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu, Sejmikowi i Urzędowi Marszałkowskiemu Województwa Podkarpackiego, Zarządowi Krajowemu SZS, Kuratorium Oświaty, samorządom gmin i powiatów województwa podkarpackiego, przyjaciom sportu szkolnego i sponsorom. Mamy nadzieję, że nasza współpraca służąca zdrowiu wszystkich dzieci będzie nadal trwała.

Szkolny Związek Sportowy działający w obszarze szkolnej kultury fizycznej przez 65 lat wypracował dobry, zbieżny z interesami edukacji i wychowania program skierowany do wszystkich uczniów niezależnie od poziomu ich potrzeb i możliwości ruchowych.

Najważniejszym przesłaniem tegorocznej edycji współzawodnictwa jest stworzenie możliwości uczestnictwa w nim jak największej ilości dzieci i młodzieży. Zwracamy się z prośbą, aby w nowym roku szkolnym 2021/2022 tworząc reprezentacje Waszych szkół i przygotowując dzieci i młodzież do startu w zawodach zadbali Państwo, żeby znalazło się w nich jak najwięcej uczniów, tak, by żadne dziecko marzące o tym, żeby zostać reprezentantem Waszej społeczności nie zostało pominięte w zawodach organizowanych w ramach: Igrzysk Dzieci, Igrzysk Młodzieży Szkolnej i Licealiady. Zostanie rozbudowany również centralny System Rejestracji Szkół do zawodów międzyszkolnych.

Oprócz bogatego kalendarza imprez sportowych, będzie realizowany także program „Szkolny Klub Sportowy”, który swoim zasięgiem obejmuje coraz więcej szkół. Rozpoczynamy także nowy projekt pn. „Akademia Małych Zdobywców” adresowany do najmłodszych uczniów.

Zwracamy się do wszystkich struktur SZS, Klubów, do partnerów programowych oraz do wszystkich placówek oświatowych z prośbą o realizację bogatego programu imprez i zawodów sportowych umożliwiających wszystkim uczniom aktywne uczestnictwo w życiu sportowym szkół i udział w zawodach.

Mamy nadzieję, że powoli sytuacja epidemiczna pozwoli nam na normalne działanie i będziemy mogli spotykać się na zawodach sportowych w ramach Współzawodnictwa Sportowego Szkół i podczas realizacji programu „Szkolny Klub Sportowy” oraz innych działań aktywizujących dzieci i młodzież.

Na progu nowego roku szkolnego i sportowego życzymy Państwu dużo satysfakcji z podejmowanych działań, a wszystkim dzieciom i młodzieży sukcesów w nauce i sporcie.

**ZARZĄD
PW SZS w Rzeszowie**

Spis treści

Zasady współzawodnictwa sportowego – regulamin ogólny	6
Podział województwa na rejony rozgrywkowe	9
Tabele punktowe do współzawodnictwa sportowego	10
Terminarz szkolnych imprez sportowych.....	13
Komunikat SZS w sprawie badań lekarskich uczniów – sportowców	14
Ubezpieczenie NW i OC młodzieży szkolnej.....	16
Igrzyska Dzieci	17
Indywidualne mistrzostwa SZS w lekkiej atletyce	17
Festiwal sztafet	17
Sztafetowe biegi przełajowe	17
Indywidualno – drużynowe biegi przełajowe	18
4-bój lekkoatletyczny	19
3-bój lekkoatletyczny	20
Koszykówka	20
Piłka siatkowa	22
Piłka ręczna	23
Piłka nożna	24
Unihokej	25
Koszykówka 3 x 3	26
Rugby TAG	28
Pływanie - sztafety	32
Tenis stołowy – gry drużynowe	32
Badminton – gry drużynowe	33
Szachy – gry drużynowe	33
Gimnastyka	34
Łyżwiarstwo	35
Narciarstwo	35
Konkurs „Baw się z nami”	35
Igrzyska Młodzieży Szkolnej	38
Indywidualne mistrzostwa SZS w lekkiej atletyce	38
Festiwal sztafet	38
Sztafetowe biegi przełajowe	39
Indywidualno – drużynowe biegi przełajowe	39
Szkolna drużynowa liga lekkoatletyczna	40
Koszykówka	41
Piłka siatkowa	42
Piłka ręczna	42
Piłka nożna	43
Unihokej	44
Koszykówka 3 x 3	45
Pływanie - sztafety	47

Tenis stołowy – gry drużynowe	48
Badminton – gry drużynowe	48
Szachy – gry drużynowe	49
Gimnastyka	49
Łyżwiarstwo	50
Narciarstwo	50
Licealiada	51
Szkolna liga lekkoatletyczna	51
Festiwal sztafet	51
Sztafetowe biegi przełajowe	52
Indywidualno – drużynowe biegi przełajowe	53
Koszykówka	53
Piłka siatkowa	54
Piłka ręczna	54
Piłka nożna	55
Unihokej	56
Koszykówka 3 x 3	56
Pływanie - sztafety	56
Tenis stołowy – gry drużynowe	57
Badminton – gry drużynowe	57
Szachy – gry drużynowe	58
Konkursy	59
Konkurs plastyczny „Sport w wyobraźni ucznia”	59
Konkurs fotograficzny „Sport w fotografii”	59
Konkurs „Fair Play”	59
Lekkoatletyczne tabele punktowe	60
4-bój i 3-bój lekkoatletyczny	60
Liga lekkoatletyczna - IMS	68
Liga lekkoatletyczna dla szkół ponadpodstawowych	82
Wyniki	92
Konkursy - wyniki	92
Najlepsze kluby pionu SZS w roku 2020	92
Wykaz organizacji sportowych w województwie podkarpackim	97
Powiatowi Organizatorzy Imprez Sportowych SZS	97
Instytucje, stowarzyszenia i związki sportowe	100

I. ZASADY WSPÓLZAWODNICTWA SPORTOWEGO SZKÓŁ W ROKU 2021 / 2022 – REGULAMIN OGÓLNY

I. POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Międzyszkolne zawody sportowe stanowią integralną część systemu współzawodnictwa sportowego dzieci i młodzieży.
2. Zawody organizowane są w trzech kategoriach wiekowych:
 - a) Igrzyska Dzieci - dla uczniów ur. w roku 2009 i młodszych
 - b) Igrzyska Młodzieży Szkolnej - dla uczniów ur. w latach 2007 - 2008
 - c) Licealiada - dla uczniów ur. w roku 2002 i młodszych
3. Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z niniejszym regulaminem. W sprawach nie ujętych w regulaminie stosuje się przepisy Polskich Związków Sportowych.
4. Zasady awansu do poszczególnych etapów Igrzysk ustalają ich organizatorzy.
5. Prawo interpretacji oraz prawo dokonywania zmian regulaminowych przysługuje wyłącznie PW SZS w Rzeszowie.

II. CELE I ZADANIA

1. Aktywne uczestniczenie dzieci i młodzieży w szkolnych i międzyszkolnych imprezach sportowych, stanowiące kontynuację celów i zadań wychowania fizycznego i zdrowotnego.
2. Przeciwdziałanie postępującym zjawiskom zachowań patologicznych poprzez uczestnictwo dzieci w zajęciach rekreacyjnosportowych oraz w imprezach sportowych.
3. Tworzenie każdemu dziecku warunków do czynnego uczestniczenia w różnych formach sportowania.
4. Aktywizacja samorządów terytorialnych w organizacji czasu wolnego dzieci i młodzieży szkolnej w formie zajęć sportowych.
5. Popularyzowanie i upowszechnianie sportu wśród ogółu dzieci i młodzieży.
6. Poszerzanie procesu szkolenia dzieci z uwzględnieniem ich rozwoju biologicznego.
7. Ocena pracy i osiągnięć szkół i klubów sportowych działających w szkole.

III. ORGANIZATORZY

1. Ogólne kierownictwo nad całością systemu współzawodnictwa sportowego dzieci i młodzieży objętego niniejszym kalendarzem sprawuje Szkolny Związek Sportowy.
2. Na poszczególnych szczeblach zawodów bezpośrednimi organizatorami imprez są:
 - a. w szkole - Szkolny lub Uczniowski Klub Sportowy, nauczyciele wf,
 - b. w gminie/mieście - Zarząd Gminy SZS / Gminny Organizator Imprez Sportowych w porozumieniu z samorządem gminnym,
 - c. w powiecie - Powiatowy SZS / Powiatowy Organizator Imprez Sportowych w porozumieniu z samorządem powiatowym,
 - d. w rejonie - Powiatowy SZS na zlecenie Podkarpackiego W SZS,
 - e. w województwie - Podkarpacki Wojewódzki Szkolny Związek Sportowy.
3. Do obowiązków organizatora zawodów należy:
 - a. opracowanie kalendarzy i szczegółowych regulaminów imprez sportowych,
 - b. powiadamianie szkół o terminie i miejscu zawodów minimum 10 dni wcześniej,
 - c. zabezpieczenie obsady sędziowskiej, technicznej i medycznej,
 - d. przygotowanie obiektów sportowych, szatni, zapewnienie sprzętu sportowego, przyrządów pomiarowych, nagłośnienia, protokołów zawodów,
 - e. zorganizowanie promocji zawodów (dekoracja, uroczyste otwarcie, zaproszenie władz samorządowych, wręczenie nagród, zakończenie imprezy),
 - f. w ciągu 3 dni opracowanie i rozesłanie komunikatów końcowych do zainteresowanych szkół, SZS, władz terenowych, środków masowego przekazu.

IV. SZCZEBLE ZAWODÓW

1. **Szkolne Igrzyska Sportowe** - przeprowadzane przez SKS-y, UKS-y, nauczycieli wf w dowolnych dyscyplinach sportu, zgodnie z tradycją i warunkami szkoły, jako system całorocznej działalności umożliwiający udział we współzawodnictwie każdemu dziecku.

2. **Gminne i powiatowe** - przeprowadzane przez właściwe instancje Szkolnego Związku Sportowego jako system całorocznych zawodów międzyszkolnych dla ogółu młodzieży oraz imprez sportowych o mistrzostwo miasta/gminy i powiatu w szerokim programie, uwzględniającym popularne w danym środowisku dyscypliny.
3. **Rejonowe, półfinałowe i wojewódzkie** - przeprowadzane według programu ustalonego przez Podkarpacki Wojewódzki Szkolny Związek Sportowy na podstawie wytycznych Zarządu SZS i opinii nauczycieli wychowania fizycznego.

V. UCZESTNICTWO

1. **Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować poprzez System Rejestracji Szkół srs.szs.pl nie później niż do 30 września 2021 roku.**
2. We wszystkich dyscyplinach drużynowych zespół składa się z uczniów jednej szkoły.
3. Wiek startujących określa regulaminy poszczególnych dyscyplin.
W zawodach prawo startu ma młodzież, ucząca się w szkołach dziennych bez względu na przynależność klubową. W zawodach organizowanych przez Szkolny Związek Sportowy nie mają prawa startu słuchacze szkół pomaturalnych, zaocznych i wieczorowych wszystkich typów, nawet, jeżeli wchodzi one w skład zespołów szkół.
4. **Do zawodów obowiązują imienne zgłoszenia szkoły z podpisami opiekuna oraz dyrektora szkoły wygenerowane przez system rejestracji szkół SRS oraz dokument potwierdzający uregulowanie opłaty startowej.**
5. **Każdy uczeń musi posiadać ważną legitymację szkolną.**
6. **Szkolny Związek Sportowy dopuszcza do udziału w rywalizacji sportowej ucznia, którego rodzice/prawni opiekunowie wyrazili zgodę na:**
 - 6.1. udział w zawodach;
 - 6.2. przetwarzanie danych osobowych niezbędnych do realizacji zadań SZS;
 - 6.3. wykorzystanie wizerunku ucznia/zawodnika w celu promocji zadań statutowych Związku oraz udokumentowania zawodów organizowanych przez Związek;**Brak ww. zgód skutkował będzie niedopuszczeniem ucznia do zawodów sportowych.**
Zgody udzielane i przechowywane są z wykorzystaniem funkcjonalności działającego on-line Systemu Rejestracji Szkół (adres: www.srs.szs.pl).
7. Do zawodów dopuszczani są uczniowie bez dodatkowych badań lekarskich, posiadający grupę dyspanseryjną A, As lub B i Bk, uczestniczący czynnie w zajęciach wychowania fizycznego (patrz str. 14).
8. W dyscyplinach zespołowych, od szczebla powiatu, każda szkoła może wystawić tylko jedną drużynę.
9. Zawodników – uczestników imprez – obowiązują strój i obuwie sportowe.

VI. ZASADY FINANSOWANIA

1. Koszty organizacyjne zawodów na szczeblu gmin i powiatów pokrywają gminne/powiatowe Szkolne Związki Sportowe ze środków samorządowych.
2. Koszty zawodów rejonowych, półfinałowych i finałów wojewódzkich pokrywa Podkarpacki Wojewódzki SZS ze środków Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu (FRKF), samorządu Województwa Podkarpackiego, sponsorów oraz innych źródeł.
3. Koszty udziału w zawodach (przejazd) na wszystkich szczeblach rozgrywek pokrywają zainteresowane szkoły lub samorządy.
4. **Wszystkie szkoły biorące udział w rozgrywkach organizowanych przez Podkarpacki Wojewódzki Szkolny Związek Sportowy w Rzeszowie (rejon, półfinały i finały wojewódzkie) zobowiązane są wpłacić roczną zryczałtowaną opłatę startową w wysokości:**
 - szkoły podstawowe (ID + IMS) – 80 zł
 - szkoły ponadpodstawowe (Liceliada) – 50 zł**Opłatę należy uregulować do dnia pierwszego udziału szkoły w zawodach ponad powiatowych w kasie Związku lub wpłacić na konto PW SZS:
NRB 57 1160 2202 0000 0001 9207 1127**

VII. WSPÓLZAWODNICTWO

1. W zawodach wojewódzkich wszystkie uczestniczące drużyny otrzymują dyplomy, natomiast trzy najlepsze – puchary i medale. W zawodach niższych szczebli formę nagradzania określają organizatorzy.
2. Współzawodnictwo sportowe organizowane będzie w kategoriach:
 - 2.1. punktacja szkół:
 - Igrzyska Dzieci + Igrzyska Młodzieży Szkolnej (łącznie)
 - Licealiada**„O Puchar Podkarpackiego Kuratora Oświaty”**
 - 2.2. punktacja generalna gmin oraz powiatów (za ID i IMS oraz Licealiadę)
„O Puchar Marszałka Województwa Podkarpackiego”
3. Dodatkowo będzie wyróżniona najbardziej usportowiona gmina wiejska.
4. Do punktacji współzawodnictwa wlicza się punkty zdobyte w zawodach powiatowych (na podstawie komunikatów nadesłanych przez Powiatowe SZS – najpóźniej do dnia 15 czerwca 2022 r.), rejonowych oraz wojewódzkich. Punktują wszyscy uczestnicy powyższych szczebli zawodów. Szkoła otrzymuje punkty za udział w zawodach najwyższego szczebla rozgrywek. Dodatkowo szkoły otrzymają po 50 punktów za udział w finałach ogólnopolskich (dot. tylko mistrzów województwa, lub w przypadku ich rezygnacji – kolejnej szkoły, z wyjątkiem Ligi LA SPP).
5. Punktację współzawodnictwa sportowego przedstawiają tabele w załączeniu.
6. O klasyfikacji gmin decydować będzie ilość punktów zdobytych przez wszystkie szkoły z terenu gminy. W podobny sposób ustalana będzie klasyfikacja powiatów.
7. Za zajęcie miejsc 1-3 w każdej kategorii szkoły, gminy i powiaty otrzymają pamiątkowe puchary. Najlepsze szkoły otrzymają nagrody - sprzęt sportowy.

VIII. SPRAWY RÓŻNE

1. **Komunikaty organizacyjne oraz końcowe zawodów zamieszczane będą wyłącznie na stronie www.szs.rzeszow.pl w zakładce ZAPOWIEDZI ZAWODÓW oraz na stronie szs.srs.pl. Zobowiązuje się uczestników imprez do sprawdzania informacji o terminach i miejscu zawodów na powyższych stronach internetowych lub u bezpośredniego organizatora tych zawodów.**
2. Za nieusprawiedliwioną absencję po wcześniejszym zgłoszeniu się lub awansie do następnej rundy rozgrywek szkoła zostaje ukarana punktami minusowymi do współzawodnictwa sportowego szkół (do - 10 pkt).
3. W zawodach półfinałowych w grach zespołowych, przy absencji jednego zespołu należy brać pod uwagę tylko wyniki spotkań drużyn obecnych na turnieju.
4. W zawodach rejonowych, półfinałach i finałach zespoły z jednego powiatu / rejonu zostają rozstawione do różnych grup / połówek.
5. W przypadku niesportowego zachowania uczestników zawodów PW SZS w Rzeszowie zobowiązuje bezpośrednich organizatorów imprez (po konsultacji z sędzią głównym zawodów) do podejmowania odpowiednich decyzji wychowawczych – łącznie z wykluczeniem z imprezy, informując o tym fakcie na piśmie dyrekcję szkoły. Kolejne niesportowe zachowania karane będą zawieszeniem danej szkoły w rozgrywkach.
6. Współzawodnictwo sportowe dzieci i młodzieży w dalszych rozgrywkach na szczeblu centralnym przewiduje zawody w wybranych dyscyplinach sportowych we wszystkich kategoriach wiekowych. Udział szkół – mistrzów województwa - w tych imprezach jest dobrowolny, zależny od własnych możliwości finansowych.

II. PODZIAŁ WOJEWÓDZTWA PODKARPACKIEGO NA REJONY ROZGRYWKOWE W GRACH ZESPOŁOWYCH:

(koszykówka, piłka siatkowa, piłka ręczna, szachy, tenis stołowy, sztafetowe biegi przełajowe, drużynowe biegi przełajowe).

Rejon I

- powiat Tarnobrzeg gr.
- powiat tarnobrzegi
- powiat stalowowolski
- powiat niżański

Rejon II

- powiat mielecki
- powiat dębicki
- powiat kolbuszowski
- powiat ropczycko – sędziszowski

Rejon III

- powiat Krosno gr.
- powiat krośnieński
- powiat jasielski
- powiat strzyżowski

Rejon IV

- powiat sanocki
- powiat brzozowski
- powiat bieszczadzki
- powiat leski

Rejon V

- powiat Rzeszów gr.
- powiat rzeszowski
- powiat leżajski
- powiat łańcucki

Rejon VI

- powiat Przemyśl gr.
- powiat przemyski
- powiat lubaczowski
- powiat jarosławski
- powiat przeworski

Półfinał A

- I m. z rejonu I
- II m. z rejonu I
- I m. z rejonu II
- II m. z rejonu II

(mecze z zaliczeniem wyników z zawodów rejonowych)

Półfinał B

- I m. z rejonu III
- II m. z rejonu III
- I m. z rejonu IV
- II m. z rejonu IV

(mecze z zaliczeniem wyników z zawodów rejonowych)

Półfinał C

- I m. z rejonu V
- II m. z rejonu V
- I m. z rejonu VI
- II m. z rejonu VI

(mecze z zaliczeniem wyników z zawodów rejonowych)

III. TABELE PUNKTOWE DO WSPÓLZAWODNICTWA SPORTOWEGO

IGRZYSKA DZIECI

W tabelach podano punkty do współzawodnictwa sportowego w zależności od zdobytych miejsc.
Punktowani są wszyscy uczestnicy zawodów wojewódzkich, rejonowych oraz powiatowych.

Dyscyplina / pkt	100	90	80	70	60	50	40	30	20	15	13	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Szt. biegi przełajowe	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12		13-18	19-24	25-30	31-36	37-42	43-50		3pow	4pow	5pow	6pow	pozostałe
Festiwal sztafet								1	2	3	4	5-6	7-8	9-12	13-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	pozostałe
Druż. biegi przełajowe	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12		13-18	19-24	25-30	31-36	37-42	43-50		3pow	4pow	5pow	6pow	pozostałe
Ind. biegi przełajowe	***									1	2	3	4	5	6	7	8	9-10	11-12	13-16	17-20	pozostałe
Ind.mistrz. LA										1	2	3	4	5	6	7	8	9-10	11-12	13-16	17-	powiat*
4-bój LA	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-20	21-25			2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
3-bój LA	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-20	21-25			2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Koszykówka	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-18		19-25					2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Piłka.siatkowa	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-18		19-25					2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Piłka ręczna	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-18		19-25					2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Unihokej	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-15	16-18	19-25					2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Piłka nożna								1pow	2pow	3pow			4pow		5pow		6pow		7pow		8pow	pozostałe
Rugby TAG	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-15	16-18	19-25		25-30	31-36	37-42	43-50						
Pływanie – sztafety	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12	13-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-44	45-48	49-52	53-56	57-66	pozostałe
Pływanie ind.	***																1	2	3	4-6	7-12	
Tenis stołowy	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12		13-18	19-24	25-30	31-36	37-42	43-50		3pow	4pow	5pow	6pow	pozostałe
Badminton	1	2	3	4	5	6	7-8	9-12	13-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-44	45-48	49-52	53-56	57-60	61-64	pozostałe
Szachy – drużynowe	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12		13-18	19-24	25-30	31-36	37-42	43-50		3pow	4pow	5pow	6pow	pozostałe
Gimnastyka	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-44	45-48	49-56	57-66	pozostałe
Łyżwiarstwo	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-44	45-48	49-56	57-66	pozostałe
Narciarstwo	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-44	45-48	49-56	57-66	pozostałe
Baw się z nami	1	2	3	4	5	6		7-12	13-18		19-25					2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe

IGRZYSKA MŁODZIEŻY SZKOLNEJ

Dyscyplina / pkt	100	90	80	70	60	50	40	30	20	15	13	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Szt. biegi przełajowe	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12		13-18	19-24	25-30	31-36	37-42	43-50		3pow	4pow	5pow	6pow	pozostałe
Festiwal sztafet								1	2	3	4	5-6	7-8	9-12	13-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	pozostałe
Druż. biegi przełajowe	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12		13-18	19-24	25-30	31-36	37-42	43-50		3pow	4pow	5pow	6pow	pozostałe
Ind. biegi przełajowe	***									1	2	3	4	5	6	7	8	9-10	11-12	13-16	17-20	pozostałe
Ind.mistrz. LA **										1	2	3	4	5	6	7	8	9-10	11-12	13-16	17-	powiat
Liga LA	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-20	21-25			2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Koszykówka	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-18		19-25					2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Piłka siatowa	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-18		19-25					2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Piłka ręczna	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-18		19-25					2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Piłka nożna								1pow	2pow	3pow			4pow		5pow		6pow		7pow		8pow	pozostałe
Unihokej	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-15	16-18	19-25					2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Pływanie – sztafety	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12	13-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-44	45-48	49-52	53-56	57-66	pozostałe
Pływanie ind.	***																1	2	3	4-6	7-12	
Tenis stołowy	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12		13-18	19-24	25-30	31-36	37-42	43-50		3pow	4pow	5pow	6pow	pozostałe
Badminton	1	2	3	4	5	6	7-8	9-12	13-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-44	45-48	49-52	53-56	57-60	61-64	pozostałe
Szachy – drużynowe	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12		13-18	19-24	25-30	31-36	37-42	43-50		3pow	4pow	5pow	6pow	pozostałe
Gimnastyka	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-44	45-48	49-56	57-66	pozostałe
Łyżwiarstwo	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-44	45-48	49-56	57-66	pozostałe
Narciarstwo	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-44	45-48	49-56	57-66	pozostałe

LICEALIADA

Dyscyplina / pkt	100	90	80	70	60	50	40	30	20	15	13	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Szt. biegi przełajowe	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12		13-18	19-24	25-30	31-36	37-42	43-50		3pow	4pow	5pow	6pow	pozostałe
Festiwal sztafet								1	2	3	4	5-6	7-8	9-12	13-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	pozostałe
Druż. biegi przełajowe	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12		13-18	19-24	25-30	31-36	37-42	43-50		3pow	4pow	5pow	6pow	pozostałe
Ind. biegi przełajowe	***									1	2	3	4	5	6	7	8	9-10	11-12	13-16	17-20	pozostałe
Liga LA	1	2	3	4	5-6	7-8	9-10	11-12	13-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-40	41-48	49-56	57-64	65-72	73-80	81-88	89-96	pozostałe
Koszykówka	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-18		19-25					2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Piłka siatkowa	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-18		19-25					2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Piłka ręczna	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-18		19-25					2pow	3pow	4pow	5pow	6pow	7pow	pozostałe
Piłka nożna								1pow	2pow	3pow			4pow		5pow		6pow		7pow		8pow	pozostałe
Unihokej	1	2	3	4	5	6	7-9	10-12	13-15	16-18	19-24				25-36			37-48			49-60	pozostałe
Pływanie – sztafety	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12	13-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-44	45-48	49-52	53-56	57-60	pozostałe
Pływanie – ind.	***															1	2	3	4-6	7-12		
Tenis stołowy	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12		13-18	19-24	25-30	31-36	37-42	43-50		3pow	4pow	5pow	6pow	pozostałe
Badminton	1	2	3	4	5	6	7-8		9-12	13-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-44	45-48	49-52	53-56	57-60	pozostałe
Szachy – drużynowe	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	11-12		13-18	19-24	25-30	31-36	37-42	43-50		3pow	4pow	5pow	6pow	pozostałe

- * - szkoła za udział w zawodach powiatowych otrzymuje 1 punkt
- ** - szkoła za udział w finałach ogólnopolskich otrzymuje dodatkowo 50 pkt (dot. mistrzów województwa, lub w przypadku rezygnacji – kolejnego zespołu oraz drużyn zakwalifikowanych do finału ogólnopolskiego w Lidze LA SPP)
- *** - indywidualne biegi przełajowe i indywidualne pływanie – punkty dla zawodników startujących wyłącznie indywidualnie podczas drużynowych biegów przełajowych i finałów w pływaniu

IV. TERMINARZ IMPREZ SPORTOWYCH NA ROK 2021 / 2022

Lp.	Dyscyplina	Gmina	Powiat	Rejon	Półfinał	Finał
IGRZYSKA DZIECI (7 - 13 LAT)						
1.	Ind. Mistrz. w LA	---	2 dek. IX 2021	---	---	28 IX 2021
2.	Festiwal sztafet	---	---	---	---	1.10.2021
3.	Szt. biegi przełajowe	---	do 8 X 2021	II dek. X 2021	---	18 X 2021
4.	Druż. biegi przełajowe	---	do 30 III 2022	1 dek. IV 2022	---	13 IV 2022
5.	4-bój LA	1 dek. V 2022	2 dek. V 2022	---	---	30-31 V 2022
6.	3-bój LA	2 dek. V 2022	3 dek. V 2022	---	---	7 VI 2022
7.	Koszykówka	do 15 XII 2021	2 dek. I 2022	1 dek. II 2022	2 dek. III 2022	1 dek. IV 2022
8.	Piłka siatkowa	do 28 II 2022	2 dek. III 2022	1 dek. IV 2022	3 dek. IV 2022	1 dek. V 2022
9.	Piłka ręczna	do 30 XI 2021	2 dek. XII 2021	2 dek. I 2022	1 dek. II 2022	2 dek. III 2022
10.	Piłka nożna	---	do 2 dek. VI 22	---	---	---
11.	Unihokej	---	2 dek. XI 2021	---	1 dek. XII 2021	2 dek. XII 2021
12.	Koszykówka 3 x 3	---	---	---	---	1 dek. VI 2022
13.	Rugby Tag	---	---	---	---	2 dek. V 2022
14.	Pływanie	---	---	---	1 dek. III 2022	3 dek. III 2022
15.	Tenis stołowy	do 20 I 2022	1 dek. II 2022	1 dek. III 2022	---	3 dek. III 2022
16.	Badminton	Zgłoszenia szkół na srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021			2 dek. XI 2021	1 dek. XII 2021
17.	Szachy	do 15 X 2021	3 dek. X 2021	1 dek. XI 2021	---	2 dek. XI 2021
18.	Gimnastyka	Zgłoszenia szkół na srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021			---	2 dek. III 2022
19.	Łyżwiarstwo	Zgłoszenia szkół na srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021			---	1 dek. III 2022
20.	Narciarstwo bieg.	Zgłoszenia szkół na srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021			---	3 dek. I 2022
21.	„Baw się z nami”	2 dek. V 2022	3 dek. V 2022	1 dek. VI 2022	---	2 dek. VI 2022
IGRZYSKA MŁODZIEŻY SZKOLNEJ (14 – 15 LAT)						
1.	Ind. Mistrz. w LA	---	2 dek. IX 2021	---	---	29 IX 2021
2.	Festiwal sztafet	---	---	---	---	1.10.2021
3.	Szt. biegi przełajowe	---	do 8 X 2021	II dek. X 2021	---	18 X 2021
4.	Druż. biegi przełajowe	---	do 30 III 2022	1 dek. IV 2022	---	13 IV 2022
5.	Liga LA	1 dek. V 2022	2 dek. V 2022	---	---	25 V 2022
6.	Koszykówka	do 31 X 2021	2 dek. XI 2021	1 dek. XII 2021	3 dek. I 2022	1 dek. III 2022
7.	Piłka siatkowa	do 31 I 2022	2 dek. II 2022	1 dek. III 2022	3 dek. III 2022	2 dek. IV 2022
8.	Piłka ręczna	do 10 I 2022	3 dek. I 2022	1 dek. II 2022	1 dek. III 2022	3 dek. III 2022
9.	Piłka nożna	---	do 2 dek. VI 22	---	---	---
10.	Unihokej	---	2 dek. XI 2021	---	1 dek. XII 2021	2 dek. XII 2021
11.	Koszykówka 3 x 3	---	---	---	---	1 dek. VI 2022
12.	Pływanie	---	---	---	1 dek. III 2022	3 dek. III 2022
13.	Tenis stołowy	do 30 XI 2021	2 dek. XII 2021	2 dek. I 2021	---	1 dek. II 2022
14.	Badminton	Zgłoszenia szkół na srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021			2 dek. XI 2021	1 dek. XII 2021
15.	Szachy	do 20 X 2021	3 dek. X 2021	1 dek. XI 2021	---	3 dek. XI 2021
16.	Gimnastyka	Zgłoszenia szkół na srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021			---	2 dek. III 2022
17.	Łyżwiarstwo	Zgłoszenia szkół na srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021			---	1 dek. III 2022
18.	Narciarstwo bieg.	Zgłoszenia szkół na srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021			---	3 dek. I 2022
LICEALIADA (16 – 19 LAT)						
1.	Liga LA	---	---	3 dek. IX 2021	---	24 V 2022
2.	Festiwal sztafet	---	---	---	---	1.10.2021
3.	Szt. biegi przełajowe	---	do 8 X 2021	II dek. X 2021	---	18 X 2021
4.	Druż. biegi przełajowe	---	do 30 III 2022	1 dek. IV 2022	---	13 IV 2022
5.	Koszykówka	---	do 20 I 2022	1 dek. II 2022	1 dek. III 2022	1 dek. IV 2022
6.	Piłka siatkowa	---	do 20 XII 2021	2 dek. I 2022	1 dek. II 2022	2 dek. III 2022
7.	Piłka ręczna	---	do 15 XI 2021	1 dek. XII 2021	2 dek. I 2022	1 dek. II 2022
8.	Piłka nożna	---	do 2 dek. VI 22	---	---	---
9.	Unihokej	Zgłoszenia szkół do 30 IX 2021		1 dek. I 2022	3 dek. I 2022	1 dek. III 2022
10.	Koszykówka 3 x 3	Zgłoszenia szkół na srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021			---	1 dek. VI 2022
11.	Pływanie	Zgłoszenia szkół na srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021			1 dek. XII 2021	3 dek. I 2022
12.	Tenis stołowy	---	do 2 dek. I 2022	1 dek. II 2022	---	1 dek. III 2022
13.	Badminton	Zgłoszenia szkół na srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021			2 dek. X 2021	1 dek. XI 2021
14.	Szachy	---	3 dek. X 2021	1 dek. XI 2021	---	3 dek. XI 2021

V. KOMUNIKAT SZS W SPRAWIE BADAŃ LEKARSKICH DOPUSZCZAJĄCYCH MŁODZIEŻ SZKOLNĄ DO ZAWODÓW

Podstawę niniejszych ustaleń stanowią:

1. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 24.08.2013 r. w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu podstawowej opieki zdrowotnej (Dz. U. 2013 poz. 1248 z dnia 28.10.2013 r). W cz. III niniejszego Rozporządzenia... „Warunki realizacji porad patronażowych oraz badań bilansowych, w tym badań przesiewowych” ustala się, że profilaktyczne badanie lekarskie (bilans zdrowia) obejmuje m in. „podsumowanie badania, z określeniem **„kwalifikacji do grupy na zajęciach wychowania fizycznego i sportu szkolnego”**. Profilaktyczne badanie lekarskie wykonuje się u dzieci w roku poprzedzającym rozpoczęcie nauki w szkole oraz u uczniów klas III szkół podstawowych, klas I gimnazjum i klas I szkół ponadgimnazjalnych.
2. Publikacja „**Profilaktyczne badania lekarskie i inne zadania lekarza w opiece zdrowotnej nad uczniami**”. Instytut Matki i Dziecka; Warszawa 2002, zawierająca wytyczne dla lekarzy sprawujących opiekę lekarską nad młodzieżą szkolną. W publikacji tej szczegółowo omówiono kwestie **orzekania o zdolności ucznia do wychowania fizycznego i sportu szkolnego**.
W załączniku do niniejszego komunikatu zamieszczamy istotny dla omawianego zagadnienia fragment tej publikacji **„Rodzaje grup na zajęciach wychowania fizycznego i charakterystyka uczniów w tych grupach”**.

Ustala się co następuje:

- 1./ Zakwalifikowanie ucznia do zajęć z wychowania fizycznego (bez ograniczeń lub z odpowiednimi zaleceniami zapisanymi przez lekarza podczas profilaktycznych badań lekarskich), **jest równoznaczne z dopuszczeniem do zajęć i zawodów sportowych, szkolnych i międzyszkolnych w sporcie szkolnym** w zakresie ustalonym przez lekarza kwalifikującego ucznia do odpowiedniej grupy.
 - 2./ Pod pojęciem "sport szkolny" rozumie się **wszelkie zajęcia sportowe: szkolne, lekcyjne, pozalekcyjne i pozaszkolne (treningi, sprawdziany, zawody itp.)**, których program (dyscypliny, konkurencje, wiek uczestników, obciążenia startowe) jest zgodny z realizowanym w szkole programem wychowania fizycznego określonym Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie **podstawy programowej** wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. Nr 4, poz. 17 z 2009 r. z późn. zmianami) i Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 19 sierpnia 2009 r. w sprawie **dopuszczalnych form realizacji dwóch godzin obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego** (Dz. U. z dnia 26 sierpnia 2009 r.) oraz ustalonym co roku przez Zarząd Główny Szkolnego Związku Sportowego i zatwierdzanym przez Ministerstwo Sportu i Turystyki **systemem zawodów w sporcie szkolnym**, w tym w ramach Igrzysk Dzieci, Igrzysk Młodzieży Szkolnej i Licealiady.
 - 3./ Dokumentem stwierdzającym dopuszczenie do zawodów jest **imienna lista uczniów sporządzona i potwierdzona przez dyrektora szkoły lub lekarza sprawującego opiekę profilaktyczną**. Podstawowym źródłem informacji w tym zakresie i podstawą do sporządzenia list dopuszczających do określonych zajęć jest **aktualna dokumentacja o badaniach profilaktycznych, z adnotacją o kwalifikacji ucznia do określonej grupy**. Dane te znajdują się w dokumentacji medycznej pielęgniarki lub higienistki szkolnej, sprawującej opiekę zdrowotną w danej szkole. Wskazane jest, aby nauczyciel wychowania fizycznego współpracował z pielęgniarką lub higienistką szkolną w sprawie kwalifikacji do zajęć wychowania fizycznego sportu szkolnego i w razie potrzeby z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej, który przeprowadza badania profilaktyczne u uczniów i przekazywał im swoje uwagi i spostrzeżenia odnośnie poszczególnych uczniów.
- Zgodnie z opracowanymi w 2003 r. w Instytucie Matki i Dziecka standardami w profilaktycznej opiece zdrowotnej nad uczniami sprawowanej przez pielęgniarkę lub higienistkę szkolną jest ona zobowiązana do: „Przekazywania informacji o kwalifikacji lekarskiej do wychowania fizycznego i sportu szkolnego oraz współpracy z nauczycielami wychowania fizycznego w tym:

- a) Przekazywanie (po zakończeniu profilaktycznych badań lekarskich), nauczycielom wychowania fizycznego (wf) informacji o kwalifikacji lekarskiej uczniów do grupy na zajęciach wf oraz zaleceń lekarskich dotyczących udziału w tych zajęciach.
- b) Dokonywanie, w pierwszym miesiącu każdego roku szkolnego, we współpracy z nauczycielami wf, analizy kwalifikacji uczniów do grupy na zajęciach wf, odnotowanie symbolu tej grupy w liście klasowej.
- c) Dokumentowanie w Karcie zdrowia ucznia długotrwałych (1 miesiąc i dłużej) oraz częstych, krótszych zwolnień z zajęć wf. Ustalenie z nauczycielem wf zasad postępowania w stosunku do tych uczniów, na podstawie opinii lekarza.

4./ W świetle tych ustaleń nie należy domagać się przeprowadzania przez lekarza każdorazowo badań przed zawodami i potwierdzenia tego faktu na zbiorowej liście jak też, aby badania te były przeprowadzane przez lekarza specjalistę z zakresu medycyny sportowej. Niezbędne kwalifikacje w tym zakresie posiada lekarz podstawowej opieki zdrowotnej.

5./ Uczniów startujących w sporcie szkolnym nie obejmuje Rozp. Min. Zdr. z dnia 14 kwietnia 2011 r w sprawie trybu orzekania do uprawiania danego sportu przez dzieci i młodzież do ukończenia 21 r.ż. oraz zawodników pomiędzy 21 a 23 r. ż. (Dz. U 20011 nr 88, poz. 500). Rozporządzenie to dotyczy zawodników i określonej dyscypliny sportu.

6./ Ww. ustalenia dotyczą wszelkich zawodów sportowych dla młodzieży szkolnej organizowanych między innymi dla Szkolnych i Uczniowskich Klubów Sportowych (bez względu na ich status prawny, o ile uczestniczy w nich młodzież szkolna) i spełniają one wymogi określone w pkt. 2 niniejszego komunikatu.

Załącznik do komunikatu SZS

Rodzaje grup na zajęciach wychowania fizycznego i charakterystyka uczniów w tych grupach:

Grupa / podgrupa Symbol nazwa	Charakterystyka uczniów	Udział w zawodach sportowych i sprawdzianach
A Zdolni do wf bez ograniczeń A _s Uprawiający sport w szkole lub poza szkołą	Uczniowie: 1. Bez odchyień w stanie zdrowia i rozwoju; 2. Z niektórymi odchyleniami w stanie zdrowia, gdy ich rodzaj i stopień nie stanowią przeciwwskazań do udziału w zajęciach wf, nie wymagają ograniczeń, zajęć dodatkowych lub specjalnej uwagi ze strony nauczyciela wf	Bez ograniczeń
B Zdolni do wf z ograniczeniami i/lub wymagający specjalnej uwagi nauczyciela wf	Uczniowie z odchyleniami w stanie zdrowia i rozwoju, którzy wymagają: 1. Pewnych ograniczeń w zakresie obowiązujących zajęć, prowadzonych w niekorzystnych warunkach 2. Specjalnej uwagi nauczyciela wf, indywidualnego traktowania np. ze względu na większe ryzyko urazu; 3. Aktywnego udziału nauczyciela wf w wyrównywaniu korekcji lub leczeniu niektórych zaburzeń	Ewentualne ograniczenia ustalane indywidualnie w zależności od stanu zdrowia
B _k Zdolni do wf z ograniczeniem, wymagający dodatkowych zajęć ruchowych korekcyjnych	Uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia wymagają dodatkowych zajęć ruchowych, w tym także korekcyjnych	j.w.
C Niezdolni do zajęć wf	Uczniowie, których stan zdrowia uniemożliwia czasowo lub długotrwale udział w zajęciach wf	Niezdolni do udziału w zawodach
C ₁ Niezdolni do wf uczestniczący w zajęciach rehabilitacyjnych	Uczniowie uczestniczący w zajęciach rehabilitacyjnych lub w innej formie terapii ruchowej poza szkołą	j.w

VI. UBEZPIECZENIE NASTĘPSTW NIESZCZĘŚLIWYCH WYPADKÓW I ODPOWIEDZIALNOŚCI CYWILNEJ MŁODZIEŻY SZKOLNEJ W DZIEDZINIE KULTURY FIZYCZNEJ ORGANIZOWANEJ PRZEZ SZKOLNY ZWIĄZEK SPORTOWY.

Zostały zawarte Umowy Ubezpieczenia pomiędzy PW SZS i PZU S.A. obejmujące nieszczęśliwe wypadki oraz odpowiedzialność cywilną osób uczestniczących w procesie popularyzowania kultury fizycznej. Zawarte polisy ubezpieczeniowe są podstawą do ubiegania się o odszkodowanie we właściwym terenie Oddziale PZU S.A., po uprzednim skontaktowaniu się z Podkarpackim Wojewódzkim Szkolnym Związkiem Sportowym w Rzeszowie i uzyskaniem imiennego zaświadczenia potwierdzającego, że poszkodowany objęty jest ochroną ubezpieczeniową.

Ubezpieczenie obejmuje uczniów ze szkół na terenie województwa podkarpackiego biorących udział w systemie współzawodnictwa sportowego organizowanego przez Szkolny Związek Sportowy. Korzystanie z dodatkowego ubezpieczenia klubów sportowych jest dobrowolne. Kluby – członkowie PW SZS - chcące skorzystać z tej formy ubezpieczenia powinny wpłacić do dnia 30.09.2021 składkę roczną (okres ubezpieczenia 1.09.2021 – 31.08.2022) w wysokości:

- ⇒ Międzyszkolne Kluby Sportowe - 200 złotych,
- ⇒ Uczniowskie i Szkolne Kluby Sportowe - 100 złotych.

Składki można wpłacać w kasie Związku lub na konto PW SZS Rzeszów: MILLENNIUM BANK o/Rzeszów NRB 57 1160 2202 0000 0001 9207 1127

ZAKRES PODMIOTOWY UBEZPIECZENIA:

1. Ubezpieczeniem następstw nieszczęśliwych wypadków objęci są:

- a. członkowie Międzyszkolnych Klubów Sportowych (MKS), Uczniowskich Klubów Sportowych (UKS), Szkolnych Klubów Sportowych (SKS) - po opłaceniu składki,
- b. młodzież szkolna biorąca udział w imprezach i zawodach sportowych, obozach szkoleniowych i rekreacyjnych, ćwiczeniach specjalistycznych, kursach organizowanych przez SZS w gminie, powiecie, rejonie, województwie oraz na szczeblu centralnym,
- c. trenerzy, instruktorzy, nauczyciele wychowania fizycznego pracujący etatowo i na podstawie umowy zlecenia w klubach SZS, sędziowie, organizatorzy i osoby obsługujące imprezy sportowe, zawody, obozy kondycyjne i szkoleniowe organizowane przez SZS.

2. Ubezpieczenie odpowiedzialności cywilnej objęci są:

- a. trenerzy, instruktorzy, nauczyciele wychowania fizycznego pracujący etatowo i na podstawie umowy zlecenia w klubach SZS, sędziowie, organizatorzy i osoby obsługujące imprezy sportowe, zawody, obozy kondycyjne i szkoleniowe organizowane przez SZS.

3. Ubezpieczenie następstw nieszczęśliwych wypadków obejmuje odpowiedzialność PZU za trwałe następstwa nieszczęśliwych wypadków, jakie mogą się wydarzyć:

- a. osobom wymienionym w pkt 1 a, c biorącym udział w imprezach i zawodach sportowych, obozach szkoleniowych i rekreacyjnych, ćwiczeniach specjalistycznych, kursach organizowanych przez SZS podczas ich trwania,
- b. osobom wymienionym w pkt 1 b podczas imprez sportowych, zawodów, treningów, kursów obozów kondycyjnych, szkoleniowych i sportowo – rekreacyjnych.

4. Ubezpieczenie odpowiedzialności cywilnej obejmuje odpowiedzialność PZU za szkody, jakie w okresie ubezpieczenia wyrządzone zostaną osobom trzecim w związku ze statutową działalnością trenerów, instruktorów, nauczycieli pracujących w klubach SZS, organizatorów i sędziów lub osób obsługujących imprezy i zawody sportowe, treningi, obozy sportowe, kursy organizowane przez SZS na terytorium RP.

Ubezpieczenie to jest niezależne od ubezpieczeń zbiorowych (NW) zawieranych przez szkoły.

VII. IGRZYSKA DZIECI

Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl nie później niż do 30 września 2021 roku.

1. INDYWIDUALNE MISTRZOSTWA SZS W LEKKIEJ ATLETYCE

1.1. Terminy:

- ⇒ powiat: 2 dek. IX 2021
- ⇒ finał wojewódzki: 28 IX 2021

1.2. Program zawodów:

- *dziewczęta*: 60m, 600m, skok w dal, skok wzwyż, rzut piłeczką palantową (150 g),
- *chłopcy*: 60m, 1000m, skok w dal, skok wzwyż, rzut piłeczką palantową (150 g),

1.3. Uczestnictwo:

W zawodach startują dziewczęta i chłopcy urodzeni w roku 2009 i młodszy.
W finale wojewódzkim startują max. 20-osobowe reprezentacje powiatów.
Z jednego powiatu może wystartować nie więcej niż 3 zawodników w 1 konkurencji.

1.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Każdy zawodnik może startować tylko w 1 konkurencji.
Biegi na 60 m – eliminacje i finały. Pozostałe konkurencje biegowe – serie na czas.
Skok w dal ze strefy 1 m.
Wysokość początkowa w skoku wzwyż: dziewczęta – 1,00 m, chłopcy – 1,05 m.
Prowadzona będzie tylko klasyfikacja indywidualna (dyplomy i medale).

2. FESTIWAL SZTAFET

2.1. Terminy:

- ⇒ finał wojewódzki: 1 X 2021

2.2. Program zawodów:

- dziewczęta
 - 4 x 100m
 - sztafeta szwedzka (400m + 300m + 200m + 100m)
- chłopcy
 - 4 x 100m
 - sztafeta szwedzka (400m + 300m + 200m + 100m)

2.3. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkół oddzielnie dziewcząt i chłopców
Zespół (sztafeta) składa się z 4 uczniów/uczennic, urodzonych w roku 2009 i młodszych. 1 zawodnik może brać udział tylko w 1 konkurencji.

2.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Szkoły posiadają numery startowe (własne lub przydzielone przez organizatora) oraz pałeczki sztafetowe. Zawodnicy mogą startować w kolcach lekkoatletycznych. Zawody będą rozgrywane w seriach na czas. Przepisy rozgrywania konkurencji zgodnie z przepisami PZLA.

3. SZTAFETOWE BIEGI PRZELAJOWE

3.1. Terminy:

- ⇒ powiat: do 8 X 2021
- ⇒ rejon: 2 dek. X 2021
- ⇒ finał wojewódzki: 18 X 2021

3.2. Program zawodów:

- dziewczęta - 6 x ok. 800 m
- chłopcy - 6 x ok. 800 m

3.3. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkół oddzielnie dziewcząt i chłopców
Reprezentacja składa się z 6 uczniów/uczennic, urodzonych w roku 2009 i młodszych.

Finał wojewódzki zostanie przeprowadzony z udziałem 12 drużyn – po 2 z każdego rejonu. W zawodach rejonowych dopuszcza się max. po 2 drużyny z powiatu.

3.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody odbywają się w formie sztafet. Zawodnicy startujący na I zmianie biegną ze startu wspólnego. Strefa zmian 20 m.

Szkoły posiadają numery startowe (własne lub przydzielone przez organizatora) oraz pałeczki sztafetowe. Zawodnicy mogą startować w kolcach lekkoatletycznych.

4. INDYWIDUALNO - DRUŻYNOWE BIEGI PRZEŁAJOWE

4.1. Terminy:

- ⇒ powiat: do 30 III 2022
- ⇒ rejon: 1 dek. IV 2022
- ⇒ finał wojewódzki: 13 IV 2022

4.2. Program zawodów:

- dziewczęta (2011 i młodsze) - biegi na dystansie ok. 600 m
- chłopcy (2011 i młodszy) - biegi na dystansie ok. 600 m
- dziewczęta (2009 – 2010) - biegi na dystansie ok. 800 m
- chłopcy (2009 – 2010) - biegi na dystansie ok. 800 m

4.3. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkolne, oddzielnie dziewcząt i chłopców. Zespół składa się z min. 3 a max. 6 uczniów / uczennic z roczników jak wyżej.

Finał wojewódzki zostanie przeprowadzony z udziałem 12 drużyn – po 2 z każdego rejonu. W zawodach rejonowych dopuszcza się max. po 2 drużyny z powiatu.

W zawodach prawo startu mają również zawodnicy, którzy zajęli miejsca 1-3 w zawodach poprzedniego szczebla, jeżeli ich drużyna nie awansowała. Zawodnicy ci otrzymają punkty do współzawodnictwa zgodnie z tabelą punktową (str. 10).

4.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Start wspólny w poszczególnych kategoriach, z tym, że drużyny ustawiają się w rzędach po 6 zawodników; wyznaczeni przez nauczyciela liderzy na linii startu, pozostali zawodnicy, wg ustaleń drużyn, za nimi. Suma miejsc na mecie zdobytych przez 5 najlepszych poszczególnych członków zespołu decyduje o jego miejscu w klasyfikacji drużynowej. W przypadku ukończenia biegu przez mniej niż 5 zawodników do punktacji dodaje się ostatnie miejsce + 1 za każdego zawodnika - do 5 wyników. Przy takiej samej liczbie punktów dwóch lub więcej zespołów o kolejności decyduje wyższe miejsce najlepszego zawodnika.

Prowadzona będzie oddzielna klasyfikacja indywidualna i drużynowa dla poszczególnych biegów i kategorii.

Zawodnicy mogą startować w kolcach lekkoatletycznych.

Przed biegiem zawodnicy otrzymują kartki startowe, które oddają na mecie, po biegu.

5. CZWÓRBÓJ LEKKOATLETYCZNY

5.1. Terminy:

- ⇒ gmina: 1 dek. V 2021
- ⇒ powiat: 2 dek. V 2021
- ⇒ finał wojewódzki: 25-26 V 2021

5.2. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkół podstawowych, oddzielnie dziewcząt i chłopców.

Reprezentacja składa się z 6 dziewcząt lub 6 chłopców rocznik 2008 i młodszy.

W finale wojewódzkim wystartują mistrzowie powiatów oraz 3 najlepsze drużyny z pozostałych miejsc. Prawo startu mają również najlepsi zawodnicy (indywidualnie) z eliminacji powiatowych, jeżeli ich zespół nie awansował do finału.

5.3. Program zawodów:

- bieg na 60 m,
- rzut piłeczką palantową (150 g),
- skok (dla całego zespołu) w dal ze strefy lub wzwyż,
- bieg: dla dziewcząt – 600m, dla chłopców – 1000m.

5.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Kolejność rozgrywania konkurencji jest dowolna z tym, że bieg długi musi być rozgrywany jako ostatnia konkurencja.

Bieg na 60m

Bieg będzie rozgrywany w seriach na czas. Zawodnicy startują z bloków i powinni biec do mety po przydzielonym im torze.

Zawodnik zostaje wyeliminowany z biegu po trzecim fałstarcie zachowując prawo startu w następnych konkurencjach.

Skok w dal

Strefa jest częścią rozbiegu, posypaną kredą. Szerokość strefy równa się szerokości rozbiegu, a długość wynosi 100 cm. Końcem strefy powinna być belka z plasteliną.

W skład strefy nie wchodzi plastelina. Każdy zawodnik ma prawo do 3 prób. Pomiaru dokonujemy od najbliższego śladu zostawionego przez czubek buta w strefie. Jeżeli zawodnik odbije się przed strefą, pomiaru dokonujemy od początku strefy. Pozostałe przepisy jak w skok w dal.

Skok wzwyż

Pierwsza wysokość ustalana jest bezpośrednio przed konkursem, przy czym w zawodach obowiązują następujące wysokości:

- ▶ dla dziewcząt – do 140 cm co 5 cm, powyżej co 3 cm,
- ▶ dla chłopców – do 160 cm co 5 cm, powyżej co 3 cm.

Przekroczenie płaszczyzny skoku (na zewnątrz stojaków), bez strącenia poprzeczki nie powoduje zaliczenia próby jako nieudanej. W przypadku strącenia poprzeczki przy schodzeniu ze skoczni, po prawidłowo wykonanym skoku nie należy próby zaliczać jako nieważnej, lecz poinformować (ostrzec) zawodnika, że w przypadku powtórzenia się takiej sytuacji skok uznany zostanie za „nieważny”.

Rzut piłeczką palantową

Rzuty wykonuje się w dowolny sposób, prawą lub lewą ręką, z miejsca lub z rozbiegu. Każdy zawodnik ma prawo do wykonania jednego rzutu próbnego, a następnie 3 rzuty w konkursie. Odległość uzyskaną przez zawodnika ocenia sędzia z dokładnością do 0,5 m. Liczy się najlepszy rezultat. Pomiaru dokonuje się w linii prostopadłej do osi rzutu na niekorzyść zawodnika.

Bieg na 600 i 1000m

Biegi rozgrywane będą w seriach na czas.

5.5. Punktacja:

Wyniki przelicza się na punkty według tabel czwórbojowych. Suma osiągniętych punktów za cztery konkurencje daje ostateczny rezultat każdego zawodnika. Na wynik drużyny składają się końcowe rezultaty 5 najlepszych zawodników (z 6 startujących). W przypadku równej liczby punktów uzyskanych przez dwie lub więcej szkół przyznaje się miejsca dzielone. Przy jednakowej liczbie punktów uzyskanych przez szkoły zajmujące miejsca 1 – 3 o wyższej lokacie decyduje wynik w czwórboju najlepszego zawodnika.

6. TRÓJBÓJ LEKKOATLETYCZNY

6.1. Terminy:

- ⇒ gmina: 2 dek. V 2022
- ⇒ powiat: 3 dek. V 2022
- ⇒ finał wojewódzki: 7 VI 2022

6.2. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkół podstawowych, oddzielnie dziewcząt i chłopców. Reprezentacja składa się z 5 dziewcząt lub 5 chłopców urodzonych w roku 2011 i młodszy. W finale wojewódzkim wystartują mistrzowie powiatów oraz 3 najlepsze drużyny z pozostałych miejsc.

6.3. Program zawodów:

- bieg na 60 m,
- skok w dal (ze strefy),
- rzut piłeczką palantową (80 g).

6.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Kolejność rozgrywania konkurencji jest dowolna. Pozostałe zasady podobnie jak w czwórboju la.

6.5. Punktacja:

Wyniki przeliczane są na punkty według załączonych tabel. Suma osiągniętych punktów za trzy konkurencje daje ostateczny rezultat każdego zawodnika. Na wynik drużyny składają się rezultaty 4 najlepszych zawodników (z 5 startujących). W przypadku równej liczby punktów uzyskanych przez dwie lub więcej szkół przyznaje się miejsca dzielone. Przy jednakowej liczbie punktów uzyskanych przez szkoły zajmujące miejsca 1 – 3 o wyższej lokacie decyduje wynik w trójboju najlepszego zawodnika.

7. KOSZYKÓWKA

7.1. Terminy:

- ⇒ gmina: do 15 XII 2021
- ⇒ powiat: 1 dek. I 2022
- ⇒ rejon: 1 dek. II 2022
- ⇒ półfinał wojewódzki: 2 dek. III 2022
- ⇒ finał wojewódzki: 1 dek. IV 2022

7.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2009 roku i młodsi. Zespół liczy 10 – 12 zawodników (w całym turnieju).

Na niższym szczeblu zaleca się rozgrywki w formie ligi.

W zawodach rejonowych startują wyłącznie mistrzowie powiatów.

Do półfinału wojewódzkiego awansują po dwie drużyny z rejonu (z zaliczeniem wyniku spotkania pomiędzy nimi). W finale wojewódzkim wystąpią 4 drużyny – zwycięzcy 3 półfinałów oraz czwarta drużyna wyłoniona w turnieju barażowym z udziałem wicemistrzów półfinałów. Finał wojewódzki zostanie rozegrany systemem pucharowym z rozstawieniem drużyn z jednego półfinału.

7.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie określone w regulaminie – zgodnie z przepisami PZKosz.

- Czas gry: 4 x 6 minut (czystej gry).
- Piłka: nr 5.
- Zespół I i II kwartę gra innymi piątkami. Zawodnicy biorący udział w I kwarcie nie mogą grać w II kwarcie. W III i IV kwarcie obowiązuje dowolność zmian. W przypadku, gdy zespół liczy 11 lub 12 zawodników zawodnicy ci są odpowiednio zawodnikami pierwszej i ew. drugiej piątki i mogą zostać zmienieni w pierwszej i drugiej kwarcie za dowolnego zawodnika występującego w tej kwarcie. Gdy zespół składa się z 10 zawodników – w przypadku kontuzji lub wykluczenia zawodnika (I lub II kwarta), zespół kończy grać kwartę w składzie pomniejszonym o osobę kontuzjowaną/wykluczoną. Dopuszcza się do gry zespół liczący mniej niż 10 zawodników. W takim przypadku drużyna np. przy 9 zawodnikach gra w I kwarcie w składzie 4-osobowym.
- Obowiązuje obrona „każdy swego” (zakaz gry obroną strefową), przepis dotyczący błędu „połowy” (powrót piłki na pole obrony), przepis dotyczący błędu 3 sekund, przepis dotyczący błędu 5 sekund. przepis dotyczący błędu 24 sek. Obowiązują strzałki. W wypadku nieprzestrzegania przepisu obrony „każdy swego” i po zwróceniu uwagi trenerowi, orzekany jest faul techniczny B (faul ławki). Karą jest rzut wolny, a po nim piłka zostaje przyznana jest drużynie, która wykonywała rzut. O przewinieniach technicznych dla zawodników i trenerów decyduje sędzia zgodnie z przepisami PZKosz.
- W przypadku remisu zarządza się 3–minutowe dogrywki.
- Za przewinienia dokonane na zawodniku rzucającym celnie do kosza nie przyznaje się dodatkowego rzutu.
- Obowiązują **niskie** kosze (2,60m). Odległość linii rzutów wolnych od tablicy wynosi 4 m. Nie wyznacza się linii rzutów za 3 pkt.

7.4. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegrane 1 punkt, za walkower 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów;
- b) jeżeli dwie (2) lub więcej drużyn ma równą liczbę punktów po rozegraniu wszystkich meczów w danej grupie, to o kolejności miejsc decyduje (-ą) wynik (-i) meczu (-ów) pomiędzy tymi drużynami. Jeżeli liczba punktów w meczach pomiędzy tymi drużynami wciąż jest taka sama, klasyfikację ustala się według poniższych zasad, w następującej kolejności:
 - decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami,

- decyduje większa liczba koszy zdobytych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami,
 - decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych we wszystkich meczach w danej grupie,
 - decyduje większa liczba koszy zdobytych we wszystkich meczach w danej grupie,
 - jeżeli powyższe zasady w dalszym ciągu nie dają rozstrzygnięcia, klasyfikację końcową ustala się w drodze losowania.
- c) jeżeli jedna (1) lub więcej drużyn zostaje sklasyfikowanych na którymkolwiek etapie zasad podanych powyżej, to procedury z punktu 2 stosuje się ponownie w stosunku do pozostałych niesklasyfikowanych drużyn.

8. PIŁKA SIATKOWA

8.1. Terminy:

⇒ gmina:	do 28 II 2022
⇒ powiat:	2 dek. III 2022
⇒ rejon:	1 dek. IV 2022
⇒ półfinał wojewódzki:	3 dek. IV 2022
⇒ finał wojewódzki:	1 dek. V 2022

8.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2009 roku i młodsi. W skład zespołu wchodzi 8 + 2 rezerwowych zawodników (w całym turnieju). W przypadku mniejszej liczby zawodników niż 8 drużyna nie zostanie dopuszczona do rozgrywek.

W zawodach rejonowych startują wyłącznie mistrzowie powiatów.

Do półfinału wojewódzkiego awansują po dwie drużyny z rejonu (z zaliczeniem wyniku spotkania pomiędzy nimi). W finale wojewódzkim wystąpią 4 drużyny – zwycięzcy 3 półfinałów oraz czwarta drużyna wyłoniona w turnieju barażowym z udziałem wicemistrzów półfinałów. Finał wojewódzki zostanie rozegrany systemem pucharowym z rozstawieniem drużyn z jednego półfinału.

8.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie ujęte w regulaminie – zgodnie z przepisami PZPS.

- Wymiary boiska: 7 m x 14 m, z wyznaczoną linią ataku 3 m od siatki.
- Wysokość siatki – **215 cm** (dziewczęta) i **224 cm** (chłopcy).
- Obowiązują mini piłki siatkowe nr 4 (MOLTEN lub MIKASA).
- Gra się do 2 wygranych setów. Sety rozgrywane są do 25 punktów. Ewentualny III set do 15 pkt. II set musi być rozegrany.
- W rozgrywkach „czwórek” drużyna liczy 10 zawodników:
 - w I secie gra 4 zawodników + 1 rezerwowy,
 - w II secie pozostałych 4 zawodników + 1 rezerwowy,
 - w III secie, rozgrywanym w przypadku remisu w setach, gra dowolna czwórka wyznaczona z dziesiątki.
- Skład i kolejność czwórek ustalony na odprawie technicznej przed zawodami nie może być zmieniony przez cały turniej. Każdy zespół może wykorzystać po 2 czasy po 30 sekund w każdym secie. Obowiązuje rotacyjna kolejność wykonywania zagrywki. Zawodnik zagrywający nie wykonuje akcji w bloku i ataku z piłką powyżej górnej taśmy w każdym miejscu na boisku,

- W momencie uderzenia piłki przez zagrywającego, każdy zespół musi znajdować się na własnej stronie boiska, ustawiony zgodnie z porządkiem rotacji (z wyjątkiem zawodnika zagrywającego).
- W każdym secie dozwolona jest tylko jedna podwójna zmiana tzn. można wymienić jednego z zawodników, który może wrócić w trakcie seta na swoje miejsce (druga zmiana dokonana).

8.4. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegrane - 1 punkt, za walkower – 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów,
- b) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tą samą liczbę punktów:
 - większa liczba zwycięstw,
 - większy stosunek setów,
 - większy stosunek „małych” punktów,
 - wynik bezpośrednich spotkań (kolejno - punkty, sety, „małe punkty”).

9. PIŁKA RĘCZNA

9.1. Terminy:

- | | |
|------------------------|-----------------|
| ⇒ gmina: | do 30 XI 2021 |
| ⇒ powiat: | 2 dek. XII 2021 |
| ⇒ rejon: | 2 dek. I 2022 |
| ⇒ półfinał wojewódzki: | 1 dek. II 2022 |
| ⇒ finał wojewódzki: | 2 dek. III 2022 |

9.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2009 roku i młodsi. Zespół liczy do 16 zawodników (w całym turnieju).

W zawodach rejonowych startują wyłącznie mistrzowie powiatów.

Do półfinału wojewódzkiego awansują po dwie drużyny z rejonu (z zaliczeniem wyniku spotkania pomiędzy nimi). W finale wojewódzkim wystąpią 4 drużyny – zwycięzcy 3 półfinałów oraz czwarta drużyna wyłoniona w turnieju barażowym z udziałem wicemistrzów półfinałów. Finał wojewódzki zostanie rozegrany systemem „każdy z każdym” przy skróconym czasie gry.

9.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie określone w regulaminie – zgodnie z przepisami ZPRP.

- Należy grać na boisku o wymiarach długość od 32 do 40 m i szerokość od 16 do 20 m.
- Na boisku może znajdować się łącznie z bramkarzem 7 zawodników,
- Piłka: zaleca się granie piłkami nr 1 (junior), ale dopuszczalne są dla chłopców również piłki nr 2 (damskie) tj. dla dziewcząt obwód piłki 50-52 cm, a dla chłopców 54-56 cm.
- Czas gry: 2 x 12 minut z 5 minutową przerwą.
- Dowolny system ustawienia obrony podczas całego meczu.
- Zmiany zawodników możliwe są w dowolnym momencie meczu, a nie tylko wtedy, gdy drużyna zmieniająca zawodnika jest w posiadaniu piłki.
- Czas wykluczenia zawodnika 1 min.
- Obowiązuje kategoriyczny zakaz używania środków klejących piłkę.
- Drużyna ma prawo wziąć 1-minutowy czas w każdej połowie meczu.

9.4. Punktacja:

W meczach kończących się w podstawowym czasie gry remisem wynik zawodów zalicza się do tabeli (rzuty karne po regulaminowym czasie gry służą jedynie wyłonieniu zwycięzcy i nie są zaliczane do wyniku meczu oraz statystyk indywidualnych).

Za wygrane spotkanie w regulaminowym czasie gry drużyna otrzymuje 3 punkty, za zwycięstwo po rzutach karnych – 2 punkty, za porażkę po rzutach karnych - 1 punkt, za przegraną w regulaminowym czasie gry – 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów,
- b) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:
 - większa liczba punktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz /-e),
 - większa, dodatnia różnica bramek z zawodów pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
 - większa liczba zdobytych bramek z zawodów pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
 - większa dodatnia różnica bramek w całym turnieju,
 - większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju.

10. PIŁKA NOŻNA

10.1. Terminy:

⇒ powiat: do 2 dek. VI 2022

10.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły urodzeni w 2009 roku i młodsi. Zawody zostaną rozegrane osobno w kategorii dziewcząt i chłopców. Drużyna składa się z 12 zawodników (-czek) (w całym turnieju).

10.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie określone w regulaminie – zgodnie z przepisami PZPN.

- Zespół składa się z 5 zawodników w polu + bramkarz.
- Zawody powinny być rozgrywane na boisku o nawierzchni trawiastej o wymiarach szerokość 20 – 32 m długość 40 – 56 m, bramki: 5 x 2 m, dopuszcza się na niższych szczeblach bramki 3 x 2 m.
- Czas gry: 2 x 15 - 20 minut + do 5 minut przerwa.
- Obuwie: korkotrapki, trampki.
- Piłka: numer „4”.
- Pole bramkowe: prostokąt o wymiarach 7 x 15 m (w przypadku boiska o wymiarach 20 x 40 m, pole bramkowe wyznacza półłuk o promieniu 6 m - pole jak w piłce ręcznej).
- Bramkarz może chwycić piłkę rękami tylko w polu bramkowym.
- Gra bez „spalonego”.
- Zmiany hokejowe (błędy będą karane w następujący sposób: strata piłki, wykluczenie, rzut karny z 7 m przy bramkach 3 x 2 m lub 9 m przy bramkach 5 x 2 m. Za złą zmianę bramkarza – rzut karny.
- Bramkarz wprowadza piłkę do gry ręką lub nogą w obrębie własnej połowy boiska.
- Piłka z rzutu od bramki nie może bezpośrednio przekroczyć linii środkowej.

- Jeżeli piłka z rzutu od bramki przekroczy bezpośrednio linię środkową to drużyna, która nie popełniła przewinienia wykonuje rzut wolny pośredni z linii środkowej boiska. W tym przypadku nie obowiązuje przepis o „prawie korzyści”.
- Podczas wykonywania stałych fragmentów gry zawodnicy drużyny przeciwnej muszą znajdować się przynajmniej w odległości 5 m od piłki.
- Stosowane będą kary wychowawcze: 2 min., 5 min. i dyskwalifikacja (wykluczenie z meczu).

10.4. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 3 punkty, za remis - 1 punkt, za przegrane 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów,
- b) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tą samą liczbę punktów:
 - większa liczba zdobytych punktów w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz /-e),
 - korzystniejsza różnica między zdobytymi i utraconymi bramkami w spotkaniach tych drużyn,
 - lepsza różnica bramek w całym turnieju,
 - większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju,
 - jeżeli powyższe punkty nie przyniosą rozstrzygnięcia należy przeprowadzić rzuty karne między zainteresowanymi zespołami

W meczach, które muszą wyłonić zwycięzcę, w przypadku remisu, przeprowadza się dogrywkę trwająca 2 x 5 minut i gra się do „złotej bramki”. Następnie rzuty karne strzelane najpierw po 5, potem po razie do skutku.

11. UNIHOKEJ

11.1. Terminy:

- ⇒ powiat: 2 dek. XI 2021
- ⇒ półfinały: 1 dek. XII 2021
- ⇒ finał wojewódzki: 2 dek. XII 2021

11.2 Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły urodzeni w 2009 roku i młodsi. Zawody zostaną rozegrane osobno w kategorii dziewcząt i chłopców. Drużyna składa się z maks. 9 zawodników (-czek) (w całym turnieju), w tym 3 zawodników na boisku + bramkarz oraz 5 zawodników rezerwowych.

Do półfinałów wojewódzkich kwalifikuje się po 2 drużyny z powiatów: dębickiego, mieleckiego, rzeszowskiego, sanockiego i przemyskiego oraz po 1 drużynie z pozostałych powiatów. Awans do finału wojewódzkiego uzyskają po 3 zespoły z każdego półfinału. Finał wojewódzki zostanie rozegrany z udziałem 9 drużyn, systemem grupowym.

11.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie określone w regulaminie – zgodnie z przepisami PZU.

- Czas gry 2-3 x 4-8 minut + 1-2 minuty przerwy (w zależności od ilości drużyn).
- Ostatnia minuta meczu jest zatrzymywana na każdy gwizdek sędziego.
- Boisko o wymiarach 24m x 12m (dopuszczalne 20m-24m x 10m-12m).
- Bramki 160 cm x 115 cm (dopuszcza się bramki klubowe 140 cm x 105 cm).
- Pole bramkowe: szerokość 5 m, długość 4 m.

- Pole przedbramkowe: szerokość 2,5 m, długość 1 m (linia bramkowa znajduje się 2,5 od linii końcowej boiska)

11.4. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za remis – 1 punkt, za przegraną – 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów
- b) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:
 - większa liczba zdobytych punktów w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz /-e),
 - większa, dodatnia różnica między zdobytymi i utraconymi bramkami w spotkaniach tych drużyn,
 - lepsza różnica bramek w całym turnieju,
 - większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju,
 - rzuty karne między zainteresowanymi zespołami.

12. KOSZYKÓWKA 3 X 3

12.1. Terminy:

⇒ finał wojewódzki: 1 dek. VI 2022

System ewentualnych eliminacji zostanie ustalony na podstawie liczby zgłoszonych do rozgrywek drużyn.

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

12.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły urodzeni w 2009 roku i młodsi. Zawody zostaną rozegrane osobno w kategorii dziewcząt i chłopców. Drużyna składa się z 4 zawodników (-czek) (w całym turnieju), w tym 3 zawodników na boisku oraz 1 zawodnik rezerwowego.

12.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie określone w regulaminie – zgodnie z przepisami PZKosz.

- Mecze są rozgrywane na boisku do koszykówki 3x3 z jednym koszem (wysokość – 2,60 m), boisko musi mieć wyznaczoną linię rzutów wolnych (4 m), linię rzutów za 2 punkty (6,75 m) oraz „półkole bez szarży” pod koszem; można używać połowy tradycyjnego boiska do koszykówki;
- Drużyna składa się z 4 zawodników (3 zawodników na boisku i 1 zmiennik);
- Rozgrywki dziewcząt i chłopców powinny odbywać się piłką do gry w koszykówkę o rozmiarze 5;
- Zespół sędziowski składa się z 1 lub 2 sędziów boiskowych oraz sędziów stolikowych;
- Rzut monetą zdecyduje o tym, której drużynie przyznane zostanie posiadanie piłki na rozpoczęcie meczu. Drużyna, która wygra losowanie ma prawo wybrać posiadanie piłki na rozpoczęcie meczu lub przed rozpoczęciem ewentualnej dogrywki;
- Czas gry wynosi 8 minut. Zegar czasu gry będzie zatrzymywany podczas sytuacji martwej piłki oraz podczas rzutów wolnych;
- Drużyna musi oddać rzut do kosza w ciągu 12 sekund; gra na zwłokę lub zaniechanie aktywnej gry jest błędem. Jeżeli boisko nie jest wyposażone w zegar odmierający czas do rzutu i drużyna nie stara się zakończyć akcji rzutem do kosza, sędzia udziela tej drużynie ostrzeżenia rozpoczynając odliczanie ostatnich pięciu (5) sekund akcji;

- Drużyna, która zdobędzie jako pierwsza 21 lub więcej punktów wygrywa mecz przed upływem czasu (dotyczy regulaminowego czasu gry);
- Jeżeli na koniec regularnego czasu gry wynik pozostaje nierozstrzygnięty, zostanie rozegrana dogrywka. Przed rozpoczęciem dogrywki będzie miała miejsce jednogminutowa przerwa;
- Drużyna, która jako pierwsza zdobędzie 2 punkty w dogrywce, wygrywa mecz;
- Drużyna podlega karze za faule drużyny po tym, jak popełniła 6 fauli. Faule popełnione w trakcie akcji rzutowej w polu wewnątrz łuku będą karane jednym rzutem wolnym, a popełnione w trakcie akcji rzutowej z pola za łukiem będą karane dwoma rzutami wolnymi;
- Faule popełnione w trakcie akcji rzutowej, po której piłka wpada do kosza po rzucie z gry, karane są dodatkowym jednym rzutem wolnym;
- Siódmy, ósmy i dziewiąty faul drużyny zawsze będzie karany dwoma rzutami wolnymi, kolejne faule karane są dwoma rzutami oraz posiadaniem piłki;
- Nie przyznaje się rzutów za faul w ataku;
- Zmiana posiadania piłki przez którąkolwiek z drużyn, następująca po sytuacji martwej piłki (aut, faul), musi rozpocząć się wymianą piłki (pomiędzy zawodnikami obrony oraz ataku) za łukiem, na szczycie boiska (tzw. check ball);
- Za faul techniczny przyznaje się jeden rzut wolny,
- Za faul niesportowy przyznaje się dwa rzuty wolne;
- Po ostatnim rzucie wolnym wynikającym z kary za faul techniczny lub niesportowy gra zostanie kontynuowana poprzez wymianę piłki za łukiem, na szczycie boiska (tzw. check ball);
- Po celnym rzucie z gry lub ostatnim rzucie wolnym grę wznawia drużyna, która nie zdobyła punktów, poprzez wykoźlowanie lub podanie piłki do partnera znajdującego się poza łukiem;
- Przeciwnik może bronić podczas wyprowadzania lub podawania piłki za łuk (poza „półkolem bez szarzy”);
- Po niecelnym rzucie z gry lub ostatnim rzucie wolnym, jeśli drużyna ataku zbierze piłkę, może kontynuować grę. Jeśli drużyna obrony zbierze piłkę to musi wyprowadzić ją za łuk;
- Po przechwyceniu lub zablokowaniu piłki należy wyprowadzić piłkę za łuk;
- W sytuacji rzutu sędziowskiego piłkę przyznaje się drużynie obrony;
- Zawodnik, który popełni dwa faule niesportowe zostaje zdyskwalifikowany, a drużynie przeciwnej przyznaje się dwa rzuty wolne i posiadanie piłki;
- Zawodnik, który popełnił dwa (2) faule niesportowe (nie ma zastosowania do fauli technicznych) zostanie zdyskwalifikowany przez sędziów z udziału w meczu i może zostać zdyskwalifikowany z całego wydarzenia przez organizatora;
- Zmiany mogą być dokonane przez którąkolwiek z drużyn, podczas gdy piłka staje się martwa, przed wymianą piłki pomiędzy zawodnikami drużyny ataku i obrony (tzw. check-ball) lub przed rzutem wolnym. Zmiany mogą odbywać się jedynie poza linią końcową, naprzeciwko kosza i nie wymagają one jakiegokolwiek działania ze strony sędziów;
- Każda drużyna ma prawo do jednej, 30-sto sekundowej, przerwy na żądanie. Jakikolwiek zawodnik może poprosić o przyznanie przerwy na żądanie podczas sytuacji martwej piłki;

12.4. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegrane 1 punkt, za walkower 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów;
- b) jeżeli dwie (2) lub więcej drużyn ma równą liczbę punktów po rozegraniu wszystkich meczów w danej grupie, to o kolejności miejsc decyduje (-a) wynik (-i) meczu (-ów) pomiędzy tymi drużynami. Jeżeli liczba punktów w meczach pomiędzy tymi drużynami wciąż jest taka sama, klasyfikację ustala się według poniższych zasad, w następującej kolejności:
 - decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami,
 - decyduje większa liczba koszy zdobytych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami,
 - decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych we wszystkich meczach w danej grupie,
 - decyduje większa liczba koszy zdobytych we wszystkich meczach w danej grupie,
 - jeżeli powyższe zasady w dalszym ciągu nie dają rozstrzygnięcia, klasyfikację końcową ustala się w drodze losowania.
- c) jeżeli jedna (1) lub więcej drużyn zostaje sklasyfikowanych na którymkolwiek etapie zasad podanych powyżej, to procedury z punktu 2 stosuje się ponownie w stosunku do pozostałych niesklasyfikowanych drużyn.

13. RUGBY TAG

13.1. Terminy:

- ⇒ finał wojewódzki: 2 dek. V 2022
System ewentualnych eliminacji zostanie ustalony na podstawie liczby zgłoszonych do rozgrywek drużyn.
Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

13.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły urodzeni w 2009 roku i młodszy.
Zespół liczy maksymalnie 8 zawodników (w całym turnieju).
W każdym zespole muszą być minimum trzy dziewczynki, w tym dwie na boisku
Na boisku występuje minimum 5 grających + rezerwa (obowiązują przepisy szerokości gry w rugby TAG tj. 4 m na 1 zawodnika)
Chłopcy jak i dziewczynki zdobywają po jednym punkcie.

13.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie określone w regulaminie – zgodnie z przepisami PZRugby.
Rugby TAG jest to najbardziej podstawowa, bezkontaktowa odmiana rugby.
Szczegółowe zasady i przepisy gry w rugby Tag znajdują się na stronie Polskiego Związku Rugby: <http://pzrugby.pl/download/35>

Zasady ogólne:

- czas gry 2 x 5 minut do 2 x 7 minut, w zależności od ilości meczów; w turnieju 1 drużyna nie więcej niż 50 minut;
- wymiary boiska: min. 20m x 40m do 22m x 55m (w zależności od szerokości boiska) + pola punktowe (w turniejach regionalnych), (w turniejach szkolnych zalecany jest podzielnik szerokości boiska przez 4 – np.: orlik, sala 20m na 4m = 5 zawodników w boisku na drużynę;

- w rugby TAG nie występują elementy szarży (ataku na zawodnika z piłką), zabroniona jest gra nogami (oprócz wznowienia gry), nie ma młynów oraz wrzutów do autu;
- przez wzgląd na bezpieczeństwo, gracz z piłką musi pozostawać na nogach cały czas i nie wolno mu zdobywać punktów poprzez rzucanie się "nurkowanie" w obręb pola punktowego;
- jeżeli zawodnik położy piłkę będąc w tym czasie np. na kolanie, przyłożenie powinno zostać zaliczone, jednak sędzia powinien natychmiast przypomnieć wszystkim zawodnikom, że w zgodzie z regulaminem powinni dotykać podłoża jedynie stopami;
- obrona występuje tylko i wyłącznie poprzez zrywanie TAG-ów; nie występuje kontakt fizyczny (przytrzymanie innego zawodnika, pchnięcie itp.) oraz położenie ręki między podłogą a piłką w trakcie przykładania piłki drużyny w ofensywie;
- gdy piłka zostanie położona w polu punktowym, gra jest wznawiana "wolnym podaniem" (rzutem wolnym) ze środka boiska przez drużynę, na której polu została położona piłka.

Podania i bieg z piłką

- piłka może być podana (rzucona) jedynie w bok lub do tyłu w powietrzu, nie może zostać przekazana z ręki do ręki; jeżeli piłka zostanie przekazana, podana lub kopnięta do przodu, wtedy Sędzia dyktuje rzut wolny dla drużyny przeciwnej z wyjątkiem prawa korzyści;
- w zgodzie z zasadą płynnej gry, sędzia powinien stosować prawo korzyści w każdym możliwym przypadku;
- piłkę należy nosić w dwóch rękach (wyjątkiem jest minięcie linii obrony ostatniego zawodnika);
- zawodnik drużyny przeciwnej nie może łapać za piłkę (obrona stosuje tylko zrywanie TAG-ów).

Rzut wolny

- rzut wolny jest stosowany do rozpoczęcia/wznowienia gry ze środka boiska na początku każdej połowy meczu oraz ze wskazanego przez sędziego miejsca przewinienia;
- sygnalizacja sędziego - ręka zgięta w łokciu pod kątem 90 stopni odwrócona do strony drużyny mającej rozpocząć grę; (więcej sygnalizacji na tronie PZR);
- w momencie rzutu wolnego drużyna musi cofnąć się o pięć metrów od miejsca przewinienia; nikomu nie wolno ruszyć do przodu do momentu, w którym piłka nie opuści rąk rozpoczynającego; zawodnik musi rozpocząć z piłką w obu dłoniach, poinstruowany przez sędziego komendą "Graj";
- jeśli przewinienie ma miejsce w obrębie do pięciu metrów od linii pola punktowego drużyny broniącej, rzut wolny musi być wykonany przez drużynę atakującą z pięciu metrów od pola punktowego.

TAG – znacznik (szarfa) przyczepiony do pasa zawodnika;

- długość TAG'a nie może być krótsza niż 35 cm;
- prawidłowe i nieprawidłowe założenie TAG-ów pokazano w regulaminie szczegółowym;
- gdy obrońca zerwie jeden ze znaczników przyczepionych do pasa zawodnika z piłką musi:
 - a) zatrzymać się;
 - b) trzymać znacznik w dłoni uniesionej do góry nad głowę;
 - c) krzyknąć "Tag!";
 - d) oddać znacznik zawodnikowi, któremu został on zerwany po odegraniu przez niego piłki;
 - e) powrócić do gry;

- zawodnik pozbawiony znacznika musi:
 - a) zaprzestać biegu do trzech sekund lub trzech kroków;
 - b) podać piłkę natychmiast, wykonując jednocześnie maksymalnie trzy kroki;
 - c) umieścić ponownie znacznik na pasie po jego otrzymaniu od obrońcy;
 - d) powrócić do gry.

Zasady gry

- tylko zawodnik z piłką może zostać pozbawiony znacznika; zawodnik taki może biegać i unikać potencjalnych zerwań znacznika, ale nie może bronić się przed zerwaniem znacznika używając rąk lub piłki;
- gdy zawodnik z piłką zostanie pozbawiony znacznika piłka musi zostać podana w ciągu trzech kroków lub trzech sekund, które uwzględniają czas potrzebny na zatrzymanie się zawodnika (sędzia wydaje komendę: Podaj! Podaj! Następnie gwizdże); zawodnik musi zatrzymać się najszybciej jak to możliwe (trzy kroki), piłka może zostać podana w czasie zatrzymywania się zawodnika lub przyłożona na polu punktowym, jeżeli zawodnik znajduje się w obrębie pola punktowego przeciwnika i nie stracił dwóch TAG-ów; jeżeli podanie zajmuje więcej niż trzy sekundy lub zawodnik robi więcej niż trzy kroki musi zostać ukarany poprzez przyznanie rzutu wolnego dla drużyny przeciwnej; zawodnik, któremu zostanie zerwany TAG (po podaniu), jak i zawodnik, który zerwał TAG są wyłączeni z gry do momentu przyczepienia TAGa do paska (zawodnik w ofensywie) i oddania TAGa w ręce przeciwnika (zawodnik w defensywie);
- zawodnik pozbawiony znacznika w polu punktowym musi natychmiast położyć piłkę by zdobyć punkt; sędzia może pomóc poprzez wydanie komendy: „Połóż piłkę a uznam punkty” lub podobnej;
- jeżeli zawodnik rzuca się "nurkuje" by zdobyć punkt, będzie to uznane za przewinienie i zostanie przyznany rzut wolny dla drużyny w obronie z linii pięciu metrów od pola punktowego;
- zawodnik broniący po zerwaniu znacznika musi odsunąć się od zawodnika z piłką i zająć neutralną pozycję (wyczekującą) dopóki piłka nie zostanie odegrana lub też próbować zerwać drugiego TAGa; obrońca musi ułatwić zagranie piłki, nie może umyślnie dotykać piłki, póki jest ona w rękach innego zawodnika;
- wszyscy zawodnicy z drużyny broniącej muszą próbować wycofać się w kierunku swojego pola punktowego, póki są przed piłką; jeżeli zawodnik broniący będący na pozycji spalonego, przechwyci, zatrzyma, uniemożliwi podanie lub je spowolni wówczas przeciw jego drużynie zostanie przyznany rzut wolny; zawodnik może jednak wycofać się z pozycji spalonej i wówczas przechwycić podanie nim piłka dotrze do zamierzonego odbiorcy.

Gra faul

- zawodnik z piłką może biegać i unikać potencjalnego zerwania znacznika, lecz nie może bronić się używając rąk lub piłki;
- zawodnik nie może umyślnie wchodzić w kontakt z innym (ciągnąć, popychać, wybiegać bezpośrednio przed oponenta lub zmuszać swoim zachowaniem do wbiegnięcia w siebie zawodnika z piłką); jeżeli taki kontakt nastąpi sędzia przerywa grę a zawodnik popełniający przewinienie zostaje napomniany o bezkontaktowej formie gry;
- piłka nie może być wrywana z rąk innego zawodnika;
- zawodnicy nie mogą kopać piłki;
- gra jest zaplanowana z myślą o poruszaniu się na stopach (nie wolno grać w podporze na kolanie, na łokciu itp.) oraz z piłką w obu rękach; jeżeli piłka upadnie na podłoże, zawodnik może ją podnieść, ale nie wolno mu upadać by ją zdobyć;
- w przypadku przewinienia rzut wolny następuje z miejsca przewinienia; grę rozpoczyna drużyna, która nie popełniła przewinienia;

- w uzasadnionych przypadkach, po serii kilkukrotnego łamania przepisów przez drużynę broniącą, w polu 5 metrów (np. spalony, niewycofanie się na linię końcową, faul), sędzia może przyznać karny punkt drużynie atakującej (na wzór karnego przyłożenia, karnej piątki w rugby dorosłych);
- nie można blokować przeciwnika bez piłki;
- nie można łapać przeciwnika za żadną część ubrania oprócz szarfy;
- nie można rzucać szarfy na ziemię, należy ją podać osobie, której została zerwana;
- zakaz obrotu wokół własnej osi-360 stopni;
- należy zachować się w sposób sportowy.

SANKCJE: rzut wolny

Strata piłki

- po zerwaniu jednej taśmy zawodnik musi się zatrzymać i podać piłkę w ciągu 3 sekund lub też 3 kroków (sędzia liczy na głos), jeżeli tego nie uczyni traci piłkę;
- po zerwaniu dwóch taśm piłkę otrzymuje drużyna przeciwna i rozpoczyna grę;
- po podaniu piłki do przodu grę z miejsca podania rozpoczyna drużyna przeciwna;
- za wymuszony kontakt;
- zbijanie ręki przeciwnika, który chwyta TAG;
- wyjście na aut;
- podanie do przodu.

Rozpoczęcie/wznowienie gry zawsze w polu gry.

- przy rozpoczęciu drużyna przeciwna musi stać w odległości 5 metrów (kroków) od piłki;
- gra rozpoczyna się po komendzie „gra” bądź gdy zawodnik trzymający piłkę „zaznaczy ją” tzn. piłka leży na ziemi zawodnik dotyka ją nogą i podnosi;
- trzymając piłkę dotyka stopy tak aby piłka opuściła na chwilę rękę.

Spalony

- po zerwaniu szarfy zawodnicy w defensywie muszą się cofnąć w stronę swojego pola punktowego i nie mogą brać udziału w grze;
- jeżeli zawodnik przeszkodzi w grze; gra przesuwana jest o 5 metrów i jest wznawiana.

Przód/upuszczenie piłki

- jeżeli piłka zostanie upuszczona do tyłu względem strony drużyny atakującej jest „wolna” tzn. każdy może ją podnieść i podjąć grę, jednak, jeżeli stwarza to niebezpieczną grę (przepychania, rzucania się na nią) sędzia decyduje, która drużyna była pierwsza przy piłce;
- przy podaniu do przodu drużyna przeciwna może przechwycić piłkę i podjąć grę.

Sędzia

- sędzia jest animatorem gry;
- dba o prawidłowe założenie TAG-ów przed rozpoczęciem gry;
- prowadzi tak spotkanie, aby zapewnić ciągłość gry;
- dba o bezpieczeństwo zawodników;
- odlicza czas gry.

Postanowienia końcowe

- zmiany hokejowe;
- zdobywanie punktów - tylko przez przyłożenia (jeżeli zawody odbywają się w szkole np. na hali, boisku asfaltowym dopuszczone jest zdobywanie punktów tylko przez wbiegnięcie na pole punktowe - związane jest to z bezpieczeństwem uczestników gry);
- jeżeli zespół zostanie zdekompletowany lub przyjedzie mniejszą liczbą zawodników Organizator lub Sędzia na dany turniej może podjąć decyzję o dopuszczeniu zespołu do gry, a przeciwnik musi wystawić równą liczbę zawodników.

13.4. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje - 3 punkty, za walkower – 3 punkty, za remis – 2 punkty, za przegrane - 1 punkt, za oddanie meczu walkowerem - 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów,
- b) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tą samą liczbę punktów:
 - małe punkty, które zawodnicy zdobędą podczas gier grupowych;
 - mniejszy bilans punktów straconych;
 - bezpośredni mecz.

14. PŁYWANIE

14.1. Terminy:

- ⇒ półfinał wojewódzki 1 dek. III 2022
- ⇒ finał wojewódzki: 3 dek. III 2022

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

14.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2009 roku i młodsi, w skład których wchodzi: 6 dziewcząt lub 6 chłopców.

Finał Wojewódzki zostanie przeprowadzony z udziałem 12 drużyn (mistrzowie półfinałów oraz na podstawie wyników do 12). Podobnie rozegrane zostaną zawody indywidualne.

14.3. Program zawodów:

- sztafeta 6 x 25 m stylem dowolnym dziewcząt
- sztafeta 6 x 25 m stylem dowolnym chłopców

Podczas półfinałowych i wojewódzkich zawodów w pływaniu sztafetowym odbędą się również zawody indywidualne w kolejności: 50 metrów stylem motylkowym, grzbietowym, klasycznym i dowolnym. Zawodnicy startujący indywidualnie w finale wojewódzkim, jeżeli ich szkoła nie startuje w sztafecie otrzymają punkty do współzawodnictwa zgodnie z tabelą punktową (str. 10).

Każdy uczestnik może startować w sztafecie i tylko w 1 stylu indywidualnie.

Po płytkiej stronie basenu obowiązuje start z wody z odbicia od ściany (nie wolno skakać do wody).

15. TENIS STOŁOWY

15.1. Terminy:

- ⇒ gmina: do 20 I 2022
- ⇒ powiat: 1 dek. II 2022
- ⇒ rejon: 1 dek. III 2022
- ⇒ finał wojewódzki: 3 dek. III 2022

15.2. Uczestnictwo:

W zawodach biorą udział drużyny dziewcząt i chłopców. Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2009 roku i młodsi. Zespół liczy 2 dziewczynki + 1 rezerwowa lub 2 chłopców + 1 rezerwowy (obowiązuje ten sam skład przez cały turniej). Zawodnik rezerwowy może zagrać w grze podwójnej, a w następnej grze może być zawodnikiem podstawowym. W przypadku kontuzji gra zakończona jest przegraną, a zawodnik rezerwowy od gry następnej jest zawodnikiem podstawowym.

Szkoła może wystawić tylko 1 drużynę w każdej kategorii.

15.3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami PZTS.

Kolejność gier jest następująca:

<i>I rzut</i>	<i>II rzut</i>	<i>III rzut</i>
A - X	gra podwójna	A - Y
B - Y		B - X

Mecz rozgrywany jest do 3 wygranych punktów. Zawody rozgrywane są do 3 wygranych setów (set będzie wygrany przez zawodnika lub parę, którzy pierwsi zdobędą 11 punktów) oprócz stanu gdy obaj zawodnicy zdobędą 10 pkt, wtedy set będzie wygrany przez pierwszego zawodnika, który w trakcie gry uzyska prowadzenie 2 pkt. System rozgrywek zależy od liczby startujących drużyn.

Finał wojewódzki zostanie przeprowadzony z udziałem 12 drużyn – po 2 z każdego rejonu. W zawodach rejonowych dopuszcza się max. po 2 drużyny z powiatu. W finale rozstawieni będą mistrzowie rejonów oraz drużyny wg list klasyfikacyjnych.

16. BADMINTON

16.1. Terminy:

- ⇒ półfinał wojewódzki 2 dek. XI 2021
- ⇒ finał wojewódzki: 1 dek. XII 2021

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

16.2. Uczestnictwo:

W zawodach biorą udział drużyny dziewcząt i chłopców.

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2009 roku i młodsi. Zespół liczy 2 dziewczynki + 1 rezerwowa lub 2 chłopców + 1 rezerwowy (obowiązuje ten sam skład przez cały turniej). Zawodnik rezerwowy może zagrać w grze podwójnej, a w następnej grze może być zawodnikiem podstawowym. W przypadku kontuzji gra zakończona jest przegraną, a zawodnik rezerwowy od gry następnej jest zawodnikiem podstawowym.

Szkoła może wystawić tylko 1 drużynę w każdej kategorii. Finał Wojewódzki zostanie rozegrany z udziałem 12 drużyn w każdej kategorii, wyłonionych z 4 turniejów eliminacyjnych.

14.3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami PZBad.

Kolejność gier jest następująca:

<i>I rzut</i>	<i>II rzut</i>	<i>III rzut</i>
A - X	gra podwójna	A - Y
B - Y		B - X

Mecz rozgrywany jest do 3 wygranych punktów. Każda gra rozgrywana jest do dwóch wygranych setów. Sety rozgrywane do 11 pkt (bez prawa podwyższania)

System rozgrywek zależy od liczby startujących drużyn.

17. SZACHY

17.1. Terminy:

- ⇒ gmina: do 15 X 2021
- ⇒ powiat: 3 dek. X 2021
- ⇒ rejon: 1 dek. XI 2021
- ⇒ finał wojewódzki: 2 dek. XI 2021

19. ŁYŻWIARSTWO SZYBKIE

19.1. Terminy:

⇒ finał wojewódzki: 1 dek. III 2022

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

19.2. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkół podstawowych. Drużyna składa się z 3 dziewcząt i 3 chłopców urodzonych w 2009 roku i młodsi.

19.3. Program zawodów:

Na program zawodów składa się jazda na 250 m (2 okrążenia) przez każdego zawodnika. Suma czasów uzyskanych przez 2 najlepsze zawodniczki i 2 najlepszych zawodników stanowi o miejscu drużyny.

Zawodnicy startują obowiązkowo w kaskach, na łyżwach krótkich (figurowych lub hokejowych).

20. NARCIARSTWO BIEGOWE

20.1. Terminy:

⇒ finał wojewódzki: 3 dek. I 2022

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

20.2. Uczestnictwo:

Drużyna składa się z 5 uczniów jednej szkoły podstawowej urodzonych w 2009 roku i młodsi.

20.3. Program zawodów:

- dziewczęta - 2 km techniką klasyczną
- chłopcy - 2 km techniką klasyczną

20.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawodnicy startują indywidualnie, co 30 sekund, na podstawie losowania przed zawodami. O miejscu drużyny decyduje suma czasów 4 najlepszych zawodników.

Prowadzona będzie klasyfikacja drużynowa i indywidualna. Sprzęt dowolny.

21. KONKURS „BAW SIĘ Z NAMI”

21.1. Terminy:

⇒ gmina: 2 dek. V 2022

⇒ powiat: 3 dek. V 2022

⇒ rejon: 1 dek. VI 2022

⇒ finał wojewódzki: 2 dek. VI 2022

21.2. Uczestnictwo:

W zawodach uczestniczą uczniowie urodzeni w 2012 r. i młodsi z jednej szkoły podstawowej. Drużyna składa się z 4 dziewcząt + 4 chłopców oraz 1 dziewczynka i 1 chłopiec jako rezerwa. Do każdej konkurencji szkoła wystawia dowolnych 8 zawodników (4 + 4) z 10 zgłoszonych.

W zawodach rejonowych startują wyłącznie mistrzowie powiatów. Do finału wojewódzkiego kwalifikują się zwycięzcy każdego rejonu (razem 6 zespołów).

21.3. Program zawodów:

Zabawy należy przeprowadzić na boisku trawiastym, na odcinku ok. 30 metrów (w razie złej pogody dopuszcza się salę gimnastyczną). Przyrządy dla każdego

zespołu: 2 piłki do mini siatkówki, 2 piłki do mini koszykówki, pałeczka sztafetowa, szarfa, 16 piłeczek palantowych, worek, worek do skakania (z 2 uchwytami), 2 pacholki, 2 kółka do ringo.

Z a b a w y :

A. „Sztafeta”

Ustawienie drużyn w rzędach. Pierwszy zawodnik z pałeczką sztafetową w ręce biegnie, w odległości ok. 15 metrów okrąża słupek, omija półmetek (30 metrów) i biegnie prosto do mety podając pałeczkę następnemu zawodnikowi.

B. „Dodawanie skoków”

Ustawienie drużyn w rzędach. Pierwszy zawodnik wykonuje skok w dal obunóż z miejsca. Drugi zawodnik skacze z miejsca lądowania pierwszego zawodnika itd. Pomiaru dokonuje się do ostatniego śladu. O kolejności decyduje suma skoków całej drużyny.

C. „Zmiana piłek”

Ustawienie drużyn w rzędach. Za półmetkiem (30m) w dwóch kółkach ringo ustawionych obok siebie leżą dwie piłki koszykowe. Pierwsze stojące dziecko ma w rękach 2 piłki siatkowe. Na sygnał sędziego zawodnik biegnie z piłkami do półmetka, tam zamienia piłki siatkowe na koszykowe i z koszykowymi wraca do swojej drużyny, by przekazać je kolejnemu uczestnikowi sztafety. W ten sposób startują wszyscy zawodnicy. Piłki muszą leżeć w kółeczkach. Obowiązują mini piłki.

D. „Bieg w workach”

Ustawienie drużyn w rzędach. Pierwszy zawodnik stoi w worku. Na sygnał startera biegnie w worku do półmetka (15 metrów) omija go i biegnie w worku do mety, tam wychodzi z worka i podaje go następnemu zawodnikowi (pozostali zawodnicy mogą pomagać wchodzić i wychodzić z worka). Technika dowolna – bieg lub skoki. Worek przez cały czas trwania konkurencji powinien być trzymany powyżej kolan. W zawodach rejonowych i finale wojewódzkim obowiązują worki do skakania z 2 uchwytami (30-40 cm x 30-40 cm x 70-80 cm).

E. „Rzuty do żywego kosza”

Opiekun stoi w kole (z szarfy) w odległości ok. 10 metrów przed swoim zespołem. Każdy zawodnik ma po 2 piłeczki palantowe (do 150 g).

W ciągu 20 sekund zawodnicy rzucają piłeczki do worka trzymanego przez opiekuna. Dopuszcza się wykroczenie 1 nogą poza koło z szarfy. Rzut celny przy opuszczeniu koła przez opiekuna jest nieważny. Każdy zawodnik może rzucać do „kosza” tylko 1 raz dwoma piłeczkami (nie może zbierać piłeczek w przypadku rzutów niecelnych i jeszcze raz rzucać). O zajętych miejscach decyduje liczba piłeczek znajdujących się w worku.

F. „Bieg z szarfami”

Ustawienie zespołów w rzędach. Pierwszy zawodnik biegnie, w odległości ok. 15 metrów leży szarfa, którą należy przewlec przez siebie od dołu i nałożyć na pacholek, omija półmetek (30 metrów), w drodze powrotnej przewleka szarfę od góry i również nakłada na pacholek. Minięcie linii mety jest sygnałem do rozpoczęcia konkurencji przez następnego zawodnika.

G. „Strzały na bramkę”

Każdy zawodnik strzela rzuty karne piłką do siatkówki na dużą bramkę (odległość 11 metrów). Za celny strzał uważa się wtedy, gdy piłka od momentu kopnięcia do bramki nie dotknie ziemi (musi przelecieć w powietrzu).

21.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody przeprowadzamy z udziałem wszystkich startujących drużyn lub w dwóch grupach. Przy każdym zespole stoi sędzia oraz opiekun zespołu. Ostatni zawodnik powinien być oznaczony szarfą. Odległość między drużynami (szerokość toru) powinna wynosić min. 5 metrów. Na półmetku ustawiamy słupki (stojaki lub pachołki).

O kolejności drużyn decydują czasy lub miejsca. Każda konkurencja jest punktowana w zależności od ilości startujących drużyn np. przy 6 drużynach: I m - 6 pkt, II m - 5 pkt, III m - 4 pkt itd. Przy miejscach ex aequo – punkty są dzielone. Przy jednakowej liczbie punktów o kolejności zespołów decyduje większa liczba wyższych miejsc.

Obowiązuje zakaz używania obuwia z metalowymi wkrętami (korki, kolce). Można startować bez obuwia.



VIII. IGRZYSKA MŁODZIEŻY SZKOLNEJ

Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl nie później niż do 30 września 2021 roku.

1. INDYWIDUALNE MISTRZOSTWA SZS W LEKKIEJ ATLETYCE

1.1. Terminy:

- ⇒ powiat: 2 dek. IX 2021
⇒ finał wojewódzki: 29 IX 2021

1.2. Program zawodów:

- *dziewczęta:* 100m, 300m, 600m, 80m ppł, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą (3kg), rzut oszczepem (500g), rzut dyskiem (0,75kg),
- *chłopcy:* 100m, 300m, 1000m, 110m ppł, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą (5kg), rzut oszczepem (600g), rzut dyskiem (1kg),

1.3. Uczestnictwo:

W zawodach startują dziewczęta i chłopcy urodzeni w latach 2007 – 2008.

W finale wojewódzkim startują 20 – osobowe reprezentacje powiatów. W finale wojewódzkim prawo startu mają również finaliści Mistrzostw Polski Młodzików (bez udziału w eliminacjach powiatowych).

Z jednego powiatu może wystartować nie więcej niż 3 zawodników w 1 konkurencji (nie dotyczy uczestników MPMł.).

1.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Każdy zawodnik może startować tylko w 1 konkurencji indywidualnej.

Biegi na 100 m – eliminacje i finały. Pozostałe konkurencje biegowe – serie na czas.
Skok w dal bez strefy.

Wysokości początkowe w skoku wzwyż: dziewczęta – 1,15m, chłopcy – 1,30 m.

Prowadzona będzie tylko klasyfikacja indywidualna (medale i dyplomy).

2. FESTIWAL SZTAFET

2.1. Terminy:

- ⇒ finał wojewódzki: 1 X 2021

2.2. Program zawodów:

- dziewczęta - 4 x 100m
- sztafeta olimpijska (800m + 400m + 200m + 100m)
- chłopcy - 4 x 100m
- sztafeta olimpijska (800m + 400m + 200m + 100m)

2.3. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkół oddzielnie dziewcząt i chłopców

Zespół (sztafeta) składa się z 4 uczniów/uczenic, urodzonych w latach 2007 – 2008.

1 zawodnik może brać udział tylko w 1 konkurencji.

2.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Szkoły posiadają numery startowe (własne lub przydzielone przez organizatora) oraz pałeczki sztafetowe. Zawodnicy mogą startować w kolcach lekkoatletycznych. Zawody będą rozgrywane w seriach na czas. Przepisy rozgrywania konkurencji zgodnie z przepisami PZLA.

3. SZTAFETOWE BIEGI PRZEŁAJOWE

3.1. Terminy:

- ⇒ powiat: 1 dek. X 2021
- ⇒ rejon: 2 dek. X 2021
- ⇒ finał wojewódzki: 18 X 2021

3.2. Program zawodów:

- dziewczęta - 6 x ok. 800 m
- chłopcy - 6 x ok. 800 m

3.3. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkół oddzielnie dziewcząt i chłopców. Reprezentacja składa się z 6 uczniów/uczennic, urodzonych w latach 2007 – 2008. Finał wojewódzki zostanie przeprowadzony z udziałem 12 drużyn – po 2 z każdego rejonu. W zawodach rejonowych dopuszcza się max. po 2 drużyny z powiatu.

3.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody odbywają się w formie sztafet. Zawodnicy startujący na I zmianie biegają ze startu wspólnego. Strefa zmian 20 m.

Szkoły posiadają numery startowe (własne lub przydzielone przez organizatora) oraz pałeczki sztafetowe. Zawodnicy mogą startować w kolcach lekkoatletycznych.

4. INDYWIDUALNO - DRUŻYNOWE BIEGI PRZEŁAJOWE

4.1. Terminy:

- ⇒ powiat: do 30 III 2022
- ⇒ rejon: 1 dek. IV 2022
- ⇒ finał wojewódzki: 13 IV 2022

4.2. Program zawodów:

- dziewczęta (2007-2008) - biegi na dystansie ok. 800 m
- chłopcy (2007-2008) - biegi na dystansie ok. 1000 m

4.3. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkolne, oddzielnie dziewcząt i chłopców. Zespół składa się z min. 3 a max. 6 uczniów / uczennic z roczników jak wyżej.

Finał wojewódzki zostanie przeprowadzony z udziałem 12 drużyn – po 2 z każdego rejonu. W zawodach rejonowych dopuszcza się max. po 2 drużyny z powiatu.

W zawodach prawo startu mają również zawodnicy, którzy zajęli miejsca 1-3 w zawodach poprzedniego szczebla, jeżeli ich drużyna nie awansowała. Zawodnicy ci otrzymają punkty do współzawodnictwa zgodnie z tabelą punktową (str. 11).

4.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Start wspólny w poszczególnych kategoriach, z tym, że drużyny ustawiają się w rzędach po 6 zawodników; wyznaczeni przez nauczyciela liderzy na linii startu, pozostali zawodnicy, wg ustaleń drużyn, za nimi. Suma miejsc na mecie zdobytych przez 5 najlepszych poszczególnych członków zespołu decyduje o jego miejscu w klasyfikacji drużynowej. W przypadku ukończenia biegu przez mniej niż 5 zawodników do punktacji dodaje się ostatnie miejsce + 1 za każdego zawodnika - do 5 wyników. Przy takiej samej liczbie punktów dwóch lub więcej zespołów o kolejności decyduje wyższe miejsce najlepszego zawodnika.

Prowadzona będzie oddzielna klasyfikacja indywidualna i drużynowa dla poszczególnych biegów i kategorii. Zawodnicy mogą startować w kolcach lekkoatletycznych.

Przed biegiem zawodnicy otrzymują kartki startowe, które oddają na mecie, po biegu.

5. SZKOLNA DRUŻYNOWA LIGA LEKKOATLETYCZNA

5.1. Terminy:

- ⇒ gmina: 1 dek. V 2022
- ⇒ powiat: 2 dek. V 2022
- ⇒ finał wojewódzki: 25 V 2022

5.2. Uczestnictwo:

W zawodach startują dziewczęta i chłopcy urodzeni w latach 2007 – 2008.

W skład reprezentacji może wejść max. 16 zawodniczek lub zawodników. Szkoła ma prawo wystawić nie więcej niż 3 zawodników w 1 konkurencji i jedną sztafetę.

W finale wojewódzkim wystartują mistrzowie powiatów oraz 3 najlepsze drużyny z pozostałych miejsc.

5.3. Program zawodów:

Dziewczęta:

- blok szybkościowy (100m, 300m, 80m ppł, 300m ppł,)
- blok wytrzymałościowy (600m, 1000m)
- blok skocznościowy (skok w dal, skok wzwyż)
- blok rzutowy (pchnięcie kulą 3 kg, rzut oszczepem 600 g, rzut dyskiem 0,75 kg)
- sztafeta 4 x 100m

Chłopcy:

- blok szybkościowy (100m, 300m, 110m ppł, 300m ppł,)
- blok wytrzymałościowy (600m, 1000m)
- blok skocznościowy (skok w dal, skok wzwyż)
- blok rzutowy (pchnięcie kulą 5 kg, rzut oszczepem 600 g, rzut dyskiem 1 kg)
- sztafeta 4 x 100m

Wysokość i rozstaw płotków jak dla młodzików.

Na zawodach niższego szczebla niż wojewódzki organizatorzy ustalają program dostosowany do możliwości bazowych wybierając konkurencje z wyżej wymienionych:

Podczas finałów wojewódzkich i ogólnopolskich rywalizacja odbywa się we wszystkich konkurencjach (po warunkiem startu min. 2 zawodników w konkurencji).

5.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawodnik może brać udział w jednej konkurencji indywidualnej i w sztafecie (start w biegu na 600 lub 1000 m wyklucza udział w sztafecie).

Biegi w seriach na czas. W konkurencjach technicznych – po 4 próby.

5.5. Punktacja:

Osiągnięte w bezpośredniej rywalizacji wyniki przelicza się na punkty wg tabel punktowych w załączeniu. Na wynik drużyny składa się 12 (lub mniej) najlepszych rezultatów tj. po 2 najlepsze wyniki z każdego z bloków (szybkościowy, wytrzymałościowy, skocznościowy, rzutowy) oraz 4 najlepsze z pozostałych (w tym ewentualnie sztafeta jeśli punkty za nią uzyskane są wyższe od 4 pozostałych).

W przypadku równej liczby punktów uzyskanych przez dwie lub więcej szkół przyznaje się miejsca dzielone. Przy jednakowej liczbie punktów uzyskanych przez szkoły zajmujące miejsca 1 – 3 o wyższej lokacie decyduje wynik w lidze najlepszego zawodnika.

Uwaga: Sztafeta 4x100m nie jest obowiązkowa (jest traktowana jak każdy inny wynik). W przypadku nieobstawienia minimum 2 osobami każdego bloku drużyna jest dopuszczana do zawodów, ale za brak wyniku otrzymuje "0" punktów.

6. KOSZYKÓWKA

6.1. Terminy:

⇒ gmina:	do 31 X 2020
⇒ powiat:	2 dek. XI 2020
⇒ rejon:	1 dek. XII 2020
⇒ półfinał:	3 dek. I 2021
⇒ finał wojewódzki:	3 dek. II 2021

6.2. Uczestnictwo:

Zawody przeprowadzone będą osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców. Drużynę stanowią uczniowie z jednej szkoły urodzeni w latach 2007 – 2008. Zespół liczy do 12 zawodników (w całym turnieju). Na niższym szczeblu zaleca się prowadzenie rozgrywek w formie ligi. W zawodach rejonowych startują wyłącznie mistrzowie powiatów. Do półfinału wojewódzkiego awansują po 2 drużyny z rejonu (z zaliczeniem wyniku spotkania pomiędzy nimi). W finale wojewódzkim wystąpią 4 drużyny – zwycięzcy 3 półfinałów oraz czwarta drużyna wyłoniona w turnieju barażowym z udziałem wicemistrzów półfinałów. Finał wojewódzki rozegrany zostanie systemem pucharowym z rozstawieniem drużyn z jednego półfinału.

6.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie ujęte w regulaminie – zgodnie z przepisami PZKosz. Podstawowe przepisy:

- Zawody nie mogą się rozpocząć, jeżeli zespół nie liczy 8 zawodników.
- Czas gry: 4 x 8-10 minut z przerwami między kwartami – 2 minuty i między połowami – 10 minut. Przy rozgrywaniu większej liczby spotkań w jednym dniu czas gry można skracać.
- W razie remisu zarządza się 5 minutowe dogrywki.
- Czas akcji – 24 sekundy. Piłkę trzeba wprowadzić na pole przeciwnika w ciągu 8 sekund. Nowe 14 sekund zostaje przyznane dopiero, gdy piłka dotyka obręczy. Zablokowany rzut nie daje prawa do nowej akcji.
- Rzuty wolne są wykonywane za każdy faul obrońców po czwartym faulu drużyny w każdej kwarcie.
- W każdej kwarcie zespół ma prawo do 1-minutowej przerwy. W czwartej kwarcie dodatkowo jeszcze jedną.
- Rozgrywki dziewcząt odbywać się będą piłką nr 6, chłopców piłką nr 7.

6.4. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegrane 1 punkt, za walkower 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów;
- b) jeżeli dwie (2) lub więcej drużyn ma równą liczbę punktów po rozegraniu wszystkich meczów w danej grupie, to o kolejności miejsc decyduje (-a) wynik (-i) meczu (-ów) pomiędzy tymi drużynami. Jeżeli liczba punktów w meczach pomiędzy tymi drużynami wciąż jest taka sama, klasyfikację ustala się według poniższych zasad, w następującej kolejności:
 - decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami,
 - decyduje większa liczba koszy zdobytych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami,
 - decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych we wszystkich meczach w danej grupie,

- decyduje większa liczba koszy zdobytych we wszystkich meczach w danej grupie,
 - jeżeli powyższe zasady w dalszym ciągu nie dają rozstrzygnięcia, klasyfikację końcową ustala się w drodze losowania.
- c) jeżeli jedna (1) lub więcej drużyn zostaje sklasyfikowanych na którymkolwiek etapie zasad podanych powyżej, to procedury z punktu b) stosuje się ponownie w stosunku do pozostałych, niesklasyfikowanych drużyn.

7. PIŁKA SIATKOWA

7.1. Terminy:

- ⇒ gmina: do 31 I 2022
- ⇒ powiat: 2 dek. II 2022
- ⇒ rejon: 1 dek. III 2022
- ⇒ półfinał: 3 dek. III 2022
- ⇒ finał wojewódzki: 2 dek. IV 2022

7.2. Uczestnictwo:

Zawody przeprowadzone będą osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców. Drużynę stanowią uczniowie z jednej szkoły urodzeni w latach 2007 – 2008. Zespół liczy do 14 zawodników (w całym turnieju). Na niższym szczeblu zaleca się prowadzenie rozgrywek w formie ligi. W zawodach rejonowych startują mistrzowie powiatów. Do półfinału wojewódzkiego awansują po 2 drużyny z rejonu (z zaliczeniem wyniku spotkania pomiędzy nimi). W finale wojewódzkim wystąpią 4 drużyny – zwycięzcy 3 półfinałów oraz czwarta drużyna wyłoniona w turnieju barażowym z udziałem wicemistrzów półfinałów. Finał wojewódzki rozegrany zostanie systemem pucharowym z rozstawieniem drużyn z jednego półfinału.

7.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe przepisy nie ujęte w regulaminie – zgodnie z przepisami PZPS. Podstawowe przepisy:

- Wysokość siatki:
 - **dziewczęta:** - 215 cm
 - **chłopcy:** - 235 cm
- Spotkanie rozgrywa się do dwóch wygranych setów. Sety rozgrywa się do 25 punktów. Ewentualny trzeci decydujący set - do 15 pkt.

7.4. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegrane - 1 punkt, za walkower - 0 punktów. O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów
- b) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:
 - większa liczba zwycięstw,
 - większy stosunek setów,
 - większy stosunek „małych” punktów,
 - wynik bezpośrednich spotkań (kolejno - punkty, sety, „małe punkty”).

8. PIŁKA RĘCZNA

8.1. Terminy:

- ⇒ gmina: do 10 I 2022
- ⇒ powiat: 3 dek. I 2022
- ⇒ rejon: 1 dek. II 2022

- ⇒ półfinał: 1 dek. III 2022
⇒ finał wojewódzki: 3 dek. III 2022

8.2. Uczestnictwo:

Zawody przeprowadzone będą osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców. Drużynę stanowią uczniowie z jednej szkoły urodzeni w latach 2007 - 2008. Zespół liczy do 16 zawodników (w całym turnieju). Na niższym szczeblu zaleca się prowadzenie rozgrywek w formie ligi. W zawodach rejonowych startują wyłącznie mistrzowie powiatów. Do półfinału wojewódzkiego awansują po 2 drużyny z rejonu (z zaliczeniem wyniku spotkania pomiędzy nimi). W finale wojewódzkim wystąpią 4 drużyny – zwycięzcy 3 półfinałów oraz czwarta drużyna wyłoniona w turnieju barażowym z udziałem wicemistrzów półfinałów. Finał wojewódzki rozegrany zostanie systemem „każdy z każdym”.

8.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe przepisy nie ujęte w regulaminie – zgodnie z przepisami ZPRP. Podstawowe przepisy:

- Czas gry: 2 x 20 minut + 5 minut przerwy. Przy większej liczbie spotkań dziennie zaleca się skracanie czasu gry.
- Dowolny system ustawienia obrony podczas całego meczu.
- Zmiany zawodników możliwe są w dowolnym momencie meczu, a nie tylko wtedy, gdy drużyna zmieniająca zawodnika jest w posiadaniu piłki.
- Drużyna ma prawo wziąć 1-minutowy czas w każdej połowie meczu.
- Obowiązuje piłka: dziewczęta – nr 1, chłopcy – nr 2. Zakaz używania kleju.

8.4. Punktacja:

W meczach kończących się w podstawowym czasie gry remisem wynik zawodów zalicza się do tabeli (rzuty karne po regulaminowym czasie gry służą jedynie wyłonieniu zwycięzcy i nie są zaliczane do wyniku meczu oraz statystyk indywidualnych).

Za wygrane spotkanie w regulaminowym czasie gry drużyna otrzymuje 3 punkty, za zwycięstwo po rzutach karnych – 2 punkty, za porażkę po rzutach karnych - 1 punkt, za przegraną w regulaminowym czasie gry – 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów,
- b) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę sama liczbę punktów:
 - większa liczba punktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz /-e),
 - większa, dodatnia różnica bramek z zawodów pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
 - większa liczba zdobytych bramek z zawodów pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
 - większa dodatnia różnica bramek w całym turnieju,
 - większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju.

9. PIŁKA NOŻNA

9.1. Terminy:

- ⇒ powiat: do 2 dek. VI 2022

9.2 Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły urodzeni w latach 2007 - 2008. Zawody zostaną rozegrane osobno w kategorii dziewcząt i chłopców. Drużyna składa się z max. 12 zawodników (-czek) (w całym turnieju).

9.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie określone w regulaminie – zgodnie z przepisami PZPN.

- Zespół składa się z 5 zawodników w polu + bramkarz.
- Zawody powinny być rozgrywane na boisku o nawierzchni trawiastej o wymiarach szerokość 20 – 32 m długość 40 – 56 m, bramki: 5 x 2 m, dopuszcza się na niższych szczeblach bramki 3 x 2 m.
- Czas gry: 2 x 15 - 20 minut + do 5 minut przerwa.
- Obuwie: korkotrampki, trampki. Piłka: numer „4”.
- Pole bramkowe: prostokąt o wymiarach 7 x 15 m (w przypadku boiska o wymiarach 20 x 40 m, pole bramkowe wyznacza półuk o promieniu 6 m).
- Bramkarz może chwycić piłkę rękami tylko w polu bramkowym.
- Gra bez „spalonego”.
- Zmiany hokejowe (błędy będą karane w następujący sposób: strata piłki, wykluczenie, rzut karny z 7 m przy bramkach 3 x 2 m lub 9 m przy bramkach 5 x 2 m. Za złą zmianę bramkarza – rzut karny.
- Bramkarz wprowadza piłkę do gry ręką lub nogą w obrębie własnej połowy boiska.
- Piłka z rzutu od bramki nie może bezpośrednio przekroczyć linii środkowej.
- Jeżeli piłka z rzutu od bramki przekroczy bezpośrednio linię środkową to drużyna, która nie popełniła przewinienia wykonuje rzut wolny pośredni z linii środkowej boiska. W tym przypadku nie obowiązuje przepis o „prawie korzyści”.
- Podczas wykonywania stałych fragmentów gry zawodnicy drużyny przeciwnej muszą znajdować się przynajmniej w odległości 5 m od piłki.
- Stosowane będą kary wychowawcze: 2 min., 5 min. i dyskwalifikacja (wykluczenie z meczu).

9.4. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 3 punkty, za remis - 1 punkt, za przegrane - 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów,
- b) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tą samą liczbę punktów:
 - większa liczba zdobytych punktów w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz /-e),
 - korzystniejsza różnica między zdobytymi i utraconymi bramkami w spotkaniach tych drużyn,
 - lepsza różnica bramek w całym turnieju,
 - większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju,
 - jeżeli powyższe punkty nie przyniosą rozstrzygnięcia należy przeprowadzić rzuty karne między zainteresowanymi zespołami

W meczach, które muszą wyłonić zwycięzcę, w przypadku remisu, przeprowadza się dogrywkę trwająca 2 x 5 minut i gra się do „złotej bramki”. Następnie rzuty karne strzelane najpierw po 5, potem po razie do skutku.

10. UNIHOKEJ

10.1. Terminy:

- ⇒ powiat: 2 dek. XI 2021
- ⇒ półfinał: 1 dek. XII 2021
- ⇒ finał wojewódzki: 2 dek. XII 2021

10.2. Uczestnictwo:

Zawody przeprowadzone będą osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców.

Drużynę stanowią uczniowie z jednej szkoły urodzeni w latach 2007 – 2008.

Zespół liczy 12 zawodników (w całym turnieju) w tym 5 zawodników na boisku + bramkarz + 6 zawodników rezerwowych. Do półfinału wojewódzkiego awansują po 2 drużyny z powiatów: dębickiego, mieleckiego, rzeszowskiego, sanockiego i przemyskiego oraz po 1 zespole z pozostałych powiatów.

Awans do finału wojewódzkiego uzyskają po 3 zespoły z każdego z półfinałów. Finał zostanie rozegrany z udziałem 9 drużyn, systemem grupowym.

10.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie ujęte w regulaminie – zgodnie z przepisami PZU.

- Wymiary boiska szer. 18 - 20 m dł. 36 - 40 m.
- Czas gry: 2-3 x 4 - 10 minut + 2 minuty przerwy (w zależności od liczby drużyn).
- Ostatnia minuta meczu jest zatrzymywana na każdy gwizdek sędziego.
- Pole bramkowe: szerokość 5 m długość 4 m.
- Pole przedbramkowe szerokość 2,5 m długość 1 m (linia bramkowa znajduje się 3,5 m od linii końcowej boiska).
- Bramki 160 x 115 cm (dopuszcza się bramki klubowe 140 x 105 cm).

10.4. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za remis – 1 punkt, za przegraną – 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

a) większa liczba zdobytych punktów

b) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:

- większa liczba zdobytych punktów w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz /-e),
- większa, dodatnia różnica między zdobytymi i utraconymi bramkami w spotkaniach tych drużyn,
- lepsza różnica bramek w całym turnieju,
- większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju,
- rzuty karne między zainteresowanymi zespołami.

11. KOSZYKÓWKA 3 X 3

11.1. Terminy:

⇒ finał wojewódzki: 1 dek. VI 2022

System ewentualnych eliminacji zostanie ustalony na podstawie liczby zgłoszonych do rozgrywek drużyn.

11.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie z jednej szkoły urodzeni w latach 2007 – 2008. Zawody zostaną rozegrane osobno w kategorii dziewcząt i chłopców. Drużyna składa się z 4 zawodników (-czek) (w całym turnieju), w tym 3 zawodników na boisku oraz 1 zawodnik rezerwowy.

11.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie określone w regulaminie – zgodnie z przepisami PZKosz.

- Mecze są rozgrywane na boisku do koszykówki 3x3 z jednym koszem (wysokość – 3.05 m), boisko musi mieć wyznaczoną linię rzutów wolnych (5,80 m), linię rzutów za 2 punkty (6,75 m) oraz „półkole bez szarży” pod koszem; można używać połowy tradycyjnego boiska do koszykówki;

- Drużyna składa się z 4 zawodników (3 zawodników na boisku i 1 zmiennik);
- Trener nie może przebywać w obrębie boiska ani komunikować się zdalnie z trybun;
- Rozgrywki dziewcząt i chłopców powinny odbywać się oficjalną piłką do gry w koszykówkę o rozmiarze 6;
- Zespół sędziowski składa się z 1 lub 2 sędziów boiskowych oraz sędziów stolikowych;
- Rzut monetą zdecyduje o tym, której drużynie przyznane zostanie posiadanie piłki na rozpoczęcie meczu. Drużyna, która wygra losowanie ma prawo wybrać posiadanie piłki na rozpoczęcie meczu lub przed rozpoczęciem ewentualnej dogrywki;
- Czas gry wynosi 10 minut. Zegar czasu gry będzie zatrzymywany podczas sytuacji martwej piłki oraz podczas rzutów wolnych;
- Drużyna musi oddać rzut do kosza w ciągu 12 sekund; gra na zwłokę lub zaniechanie aktywnej gry jest błędem. Jeżeli boisko nie jest wyposażone w zegar odmierzający czas do rzutu i drużyna nie stara się zakończyć akcji rzutem do kosza, sędzia udziela tej drużynie ostrzeżenia rozpoczynając odliczanie ostatnich pięciu (5) sekund akcji;
- Drużyna, która zdobędzie jako pierwsza 21 lub więcej punktów wygrywa mecz przed upływem czasu (dotyczy regulaminowego czasu gry);
- Jeżeli na koniec regularnego czasu gry wynik pozostaje nierozstrzygnięty, zostanie rozegrana dogrywka. Przed rozpoczęciem dogrywki będzie miała miejsce jednogminutowa przerwa;
- Drużyna, która jako pierwsza zdobędzie 2 pkt w dogrywce, wygrywa mecz;
- Drużyna podlega karze za faule drużyny po tym, jak popełniła 6 fauli. Faule popełnione w trakcie akcji rzutowej w polu wewnątrz łuku będą karane jednym rzutem wolnym, a popełnione w trakcie akcji rzutowej z pola za łukiem będą karane dwoma rzutami wolnymi;
- Faule popełnione w trakcie akcji rzutowej, po której piłka wpada do kosza po rzucie z gry, karane są dodatkowym jednym rzutem wolnym;
- Siódmy, ósmy i dziewiąty faul drużyny zawsze będzie karany dwoma rzutami wolnymi, kolejne faule karane są dwoma rzutami oraz posiadaniem piłki;
- Nie przyznaje się rzutów za faul w ataku;
- Zmiana posiadania piłki przez którąkolwiek z drużyn, następująca po sytuacji martwej piłki (aut, faul), musi rozpocząć się wymianą piłki (pomiędzy zawodnikami obrony oraz ataku) za łukiem, na szczycie boiska;
- Za faul techniczny przyznaje się jeden rzut wolny,
- Za faul niesportowy przyznaje się dwa rzuty wolne;
- Po ostatnim rzucie wolnym wynikającym z kary za faul techniczny lub niesportowy gra zostanie kontynuowana poprzez wymianę piłki za łukiem, na szczycie boiska (tzw. check ball);
- Po celnym rzucie z gry lub ostatnim rzucie wolnym grę wznawia drużyna, która nie zdobyła punktów, poprzez wykoźlowanie lub podanie piłki do partnera znajdującego się poza łukiem;
- Przeciwnik może bronić podczas wyprowadzania lub podawania piłki za łuk (poza „półkolem bez szarzy”);
- Po niecelnym rzucie z gry lub ostatnim rzucie wolnym, jeśli drużyna ataku zbierze piłkę, może kontynuować grę. Jeśli drużyna obrony zbierze piłkę to musi wyprowadzić ją za łuk;
- Po przechwyceniu lub zablokowaniu piłki należy wyprowadzić piłkę za łuk;
- W sytuacji rzutu sędziowskiego piłkę przyznaje się drużynie obrony;

- Zawodnik, który popełni dwa faule niesportowe zostaje zdyskwalifikowany, a drużynie przeciwnej przyznaje się dwa rzuty wolne i posiadanie piłki;
- Zawodnik, który popełnił dwa faule niesportowe (nie ma zastosowania do fauli technicznych) zostanie zdyskwalifikowany przez sędziów z udziału w meczu i może zostać zdyskwalifikowany z turnieju przez organizatora;
- Zmiany mogą być dokonane przez którąkolwiek z drużyn, podczas gdy piłka staje się martwa, przed wymianą piłki pomiędzy zawodnikami drużyny ataku i obrony (tzw. check-ball) lub przed rzutem wolnym. Zmiany mogą odbywać się jedynie poza linią końcową, naprzeciwko kosza i nie wymagają one jakiegokolwiek działania ze strony sędziów;
- Każda drużyna ma prawo do jednej, 30-sto sekundowej, przerwy na żądanie. Jakkolwiek zawodnik może poprosić o przyznanie przerwy na żądanie podczas sytuacji martwej piłki;

11.4. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegrane 1 punkt, za walkower 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów;
- b) jeżeli dwie (2) lub więcej drużyn ma równą liczbę punktów po rozegraniu wszystkich meczów w danej grupie, to o kolejności miejsc decyduje (-a) wynik (-i) meczu (-ów) pomiędzy tymi drużynami. Jeżeli liczba punktów w meczach pomiędzy tymi drużynami wciąż jest taka sama, klasyfikację ustala się według poniższych zasad, w następującej kolejności:
 - decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami,
 - decyduje większa liczba koszy zdobytych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami,
 - decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych we wszystkich meczach w danej grupie,
 - decyduje większa liczba koszy zdobytych we wszystkich meczach w danej grupie,
 - jeżeli powyższe zasady w dalszym ciągu nie dają rozstrzygnięcia, klasyfikację końcową ustala się w drodze losowania.
- c) jeżeli jedna lub więcej drużyn zostaje sklasyfikowanych na którymkolwiek etapie powyższych zasad, to procedury z pkt 2 stosuje się ponownie w stosunku do pozostałych niesklasyfikowanych drużyn.

12. PŁYWANIE

12.1. Terminy:

⇒ półfinały: 1 dek. III 2022

⇒ finał wojewódzki: 3 dek. III 2022

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

12.2. Uczestnictwo:

W zawodach startują zespoły szkolne, w skład których wchodzi: 6 dziewcząt lub 6 chłopców urodzonych w latach 2007 - 2008. Finał Wojewódzki zostanie przeprowadzony z udziałem 12 drużyn (mistrzowie półfinałów i do 12 najlepsze wyniki). Podobnie rozegrane zostaną zawody indywidualne.

12.3. Program zawodów:

- sztafeta 6 x 50 m stylem dowolnym dziewcząt
- sztafeta 6 x 50 m stylem dowolnym chłopców

Podczas rejonowych i wojewódzkich zawodów w pływaniu sztafetowym odbędą się również zawody indywidualne w kolejności: 50 metrów stylem motylkowym, grzbietowym, klasycznym i dowolnym. Zawodnicy startujący indywidualnie w finale wojewódzkim, jeżeli ich szkoła nie startuje w sztafecie otrzymają punkty do współzawodnictwa zgodnie z tabelą punktową (str. 11).

Każdy uczestnik może startować w sztafecie i tylko w 1 stylu indywidualnie.

13. TENIS STOŁOWY

13.1. Terminy:

⇒ gmina:	do 30 XI 2021
⇒ powiat:	2 dek. XII 2021
⇒ rejon:	2 dek. I 2022
⇒ finał wojewódzki:	1 dek. II 2022

13.2. Uczestnictwo:

Zawody rozgrywane są osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców.

Drużynę stanowią uczniowie z jednej szkoły urodzeni w latach 2007 – 2008. Zespół liczy 2 dziewczynki + 1 rezerwowa lub 2 chłopców + 1 rezerwowy. Zawodnik rezerwowy może zagrać w grze podwójnej, a w następnej grze może być zawodnikiem podstawowym. W przypadku kontuzji gra zakończona jest przegraną, a zawodnik rezerwowy od gry następnej jest zawodnikiem podstawowym.

W zawodach rejonowych dopuszcza się max. po 2 drużyny z powiatu.

W finale wojewódzkim wystartuje 12 drużyn – po 2 z każdego rejonu. Rozstawieni będą mistrzowie rejonów oraz szkoły wg aktualnych list klasyfikacyjnych. W zawodach niższego szczebla zaleca się stosowanie systemu grupowo – pucharowego lub do dwóch przegranych spotkań.

13.3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z niniejszym regulaminem.

Pozostałe zasady nie ujęte w regulaminie – zgodnie z przepisami PZTS.

Kolejność gier jest następująca:

<i>I rzut</i>	<i>II rzut</i>	<i>III rzut</i>
A – X	gra podwójna	A – Y
B – Y		B – X

Mecz rozgrywany jest do 3 wygranych punktów.

14. BADMINTON

14.1. Terminy:

⇒ półfinał:	2 dek. XI 2021
⇒ finał wojewódzki:	1 dek. XII 2021

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

14.2. Uczestnictwo:

Zawody rozgrywane będą osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców.

Drużynę stanowią uczniowie z jednej szkoły urodzeni w latach 2007 – 2008.

Zespół liczy 2 dziewczynki + 1 rezerwowa lub 2 chłopców + 1 rezerwowy. Zawodnik rezerwowy może zagrać w grze podwójnej, a w następnej grze może być zawodnikiem podstawowym. W przypadku kontuzji gra zakończona jest przegraną, a zawodnik rezerwowy od gry następnej jest zawodnikiem podstawowym.

Finał wojewódzki zostanie przeprowadzony z udziałem 12 drużyn w każdej kategorii, wyłonionych z 4 turniejów eliminacyjnych.

14.3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z niniejszym regulaminem.
Pozostałe zasady nie ujęte w regulaminie – zgodnie z przepisami PZBad.
System rozgrywek zależy od liczby startujących drużyn.
Organizator zabezpiecza lotki sztuczne (obowiązuje klasyfikacja lotek).
Kolejność gier jest następująca:

<i>I rzut</i>	<i>II rzut</i>	<i>III rzut</i>
A - X	gra podwójna	A – Y
B – Y		B – X

Mecz rozgrywany jest do 3 wygranych punktów. Każda gra rozgrywana jest do dwóch wygranych setów. Sety rozgrywane do 11 pkt (bez prawa podwyższania).
System rozgrywek zależny jest od liczby startujących drużyn.

15. SZACHY

15.1. Terminy:

⇒ gmina:	do 20 X 2021
⇒ powiat:	3 dek. X 2021
⇒ rejon:	1 dek. XI 2021
⇒ finał wojewódzki:	3 dek. XI 2021

15.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły urodzeni w latach 2007 – 2008.

Drużyna składa się z 4 osób:

- I szachownica	- chłopiec
- II szachownica	- chłopiec
- III szachownica	- chłopiec
- IV szachownica	- dziewczyna

Skład drużyny obowiązuje przez cały turniej. Kolejność zawodników w drużynie nie może ulec zmianie w trakcie rozgrywek.

Na szachownicy chłopca może zostać zgłoszona dziewczyna.

Finał Wojewódzki zostanie rozegrany z udziałem 12 zespołów (po 2 z każdego rejonu).

Do zawodów rejonowych kwalifikują się po 2 drużyny z powiatu.

15.3. Program zawodów:

Zawody zostaną przeprowadzone systemem „każdy z każdym”. Tempo gry 10-20 min. na partię dla zawodnika (w zależności od liczby startujących drużyn).

15.4. Punktacja:

O miejscu drużyny decyduje w kolejności:

- punkty meczowe (za wygrany mecz – 2 pkt, za remis – 1 pkt, za przegrany – 0 pkt)
- suma punktów zdobytych przez zawodników (wygrana – 1 pkt; remis – 0,5 pkt, przegrana – 0 pkt).
- wynik bezpośredniego spotkania,
- lepszy wynik na pierwszej, ewentualnie kolejnych szachownicach,
- dodatkowy mecz po wyczerpaniu w/w kryteriów.

16. GIMNASTYKA

16.1. Terminy:

⇒ finał wojewódzki: 2 dek. III 2021

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

16.2. Uczestnictwo:

Zawody zostaną przeprowadzone osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców.

Drużyna składa się z max. 4 dziewcząt lub max. 4 chłopców z jednej szkoły urodzonych w latach 2007 – 2008.

16.3. Program zawodów:

Na program zawodów składa się wielobój (trójbój gimnastyczny) tj.:

- dziewczęta: skok rozkroczny i skok kuczny przez skrzynię, ćwiczenia wolne, ćwiczenia równoważne na ławeczce,
- chłopcy: skok rozkroczny i skok kuczny przez skrzynię, ćwiczenia wolne, układ ćwiczeń na drążku.

Każdy uczestnik może startować w jednej, dwóch lub trzech konkurencjach wieloboju. Szczegółowy opis konkurencji znajduje się na stronie www.szs.rzeszow.pl w zakładce: KALENDARZ – REGULAMINY.

16.4. Punktacja:

Do punktacji drużynowej zaliczane są 3 najlepsze wyniki zawodników danej szkoły (oddzielnie dla dziewcząt i chłopców). Szkoła do klasyfikacji drużynowej musi wystawić min. 2 zawodników. Prowadzone będą dodatkowe klasyfikacje indywidualne i wieloboju.

17. ŁYŻWIARSTWO SZYBKIE

17.1. Terminy:

⇒ finał wojewódzki: 1dek. III 2021

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

17.2. Uczestnictwo:

Zawody zostaną przeprowadzone osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców. Drużyna składa się z 4 dziewcząt lub 4 chłopców z jednej szkoły urodzonych w latach 2007 – 2008.

17.3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Na program zawodów składa się jazda na 250m (2 okrążenia) i 500m (4 okrążenia). W biegu na 500m start parami zestawionymi na podstawie wyników na 250m. Suma czasów uzyskanych na obu dystansach 250 i 500m składa się na wynik wieloboju (czas 500m oblicza się jako czas średni, dzieląc go przez 2). Suma punktów uzyskanych przez 3 najlepszych zawodników na 250m i 3 najlepszych na 500m stanowi o miejscu zespołu. Do drugiej konkurencji (500m) kwalifikuje się pierwszych 8 zespołów po pierwszej konkurencji (250m). Zawodnicy startują obowiązkowo w kaskach, na łyżwach krótkich (figurowych lub hokejowych).

18. NARCIARSTWO BIEGOWE

18.1. Terminy:

⇒ finał wojewódzki: 3 dek. I 2022

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

18.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowi 5 zawodniczek lub 5 zawodników z jednej szkoły urodzonych w latach 2007 - 2008.

18.3. Program zawodów:

- dziewczęta i chłopcy - ok. 3 km techniką klasyczną

18.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Biegi odbywają się techniką klasyczną. Zawodnicy startują indywidualnie, co 30 sekund na podstawie losowania przed startem. O miejscu drużyny decyduje suma czasów 4 najlepszych zawodników. Sprzęt bez ograniczeń. Prowadzona będzie klasyfikacja indywidualna oraz drużynowa w kategoriach dziewcząt i chłopców

IX. LICEALIADA

Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl nie później niż do 30 września 2021 roku.

1. SZKOLNA LIGA LEKKOATLETYCZNA

1.1. Terminy:

- ⇒ rejon: 3 dek. IX 2021
- ⇒ finał wojewódzki: 24 V 2022

1.2. Program zawodów:

Dziewczęta:

- blok szybkościowy (100m, 200m, 400m)
- blok wytrzymałościowy (800m, 1500m)
- blok skocznościowy (skok w dal, skok wzwyż)
- blok rzutowy (pchnięcie kulą 16-17 lat - 3 kg, 18-20 lat – 4 kg, rzut oszczepem 16-17 lat - 500 g 18-20 lat – 600g, rzut dyskiem 1,0 kg)
- sztafeta 4 x 100m

Chłopcy:

- blok szybkościowy (100m, 200m, 400m)
- blok wytrzymałościowy (800m, 1500m)
- blok skocznościowy (skok w dal, skok wzwyż)
- blok rzutowy (pchnięcie kulą 16-17 lat - 5 kg, 18-19 lat – 6 kg, 20 lat – 7,26 kg, rzut oszczepem 16-17 lat - 700 g 18-20 lat – 800 g, rzut dyskiem 16-17 lat – 1,5 kg, 18-19 lat – 1,75 kg, 20 lat - 2,0 kg)
- sztafeta 4 x 100m

Na zawodach niższego szczebla niż wojewódzki, organizatorzy ustalają program dostosowany do możliwości bazowych wybierając konkurencje z ww.

Na finałach wojewódzkich i ogólnopolskich rywalizacja odbywa się we wszystkich konkurencjach (po warunkiem startu min 2 zawodników w konkurencji).

1.3. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkół ponadpodstawowych, oddzielnie dziewcząt i chłopców (2002 i młodsi). W skład reprezentacji może wejść max. 16 zawodniczek lub zawodników. Szkoła ma prawo wystawić nie więcej niż 3 zawodników w 1 konkurencji i jedną sztafetę.

Do finału wojewódzkiego kwalifikują się mistrzowie rejonów oraz do 20 - zespoły z najlepszymi wynikami z rundy jesiennej.

1.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawodnik może brać udział w jednej konkurencji indywidualnej i w sztafecie (start w biegu na 800 lub 1500 m wyklucza udział w sztafecie).

Biegi w seriach na czas. W konkurencjach technicznych – po 4 próby.

1.5. Klasyfikacja:

Osiągnięte w bezpośredniej rywalizacji wyniki przelicza się na punkty wg tabel punktowych w załączeniu. Na wynik drużyny składa się 12 (lub mniej) najlepszych rezultatów tj. po 2 najlepsze wyniki z każdego z bloków (szybkościowy, wytrzymałościowy, skocznościowy, rzutowy) oraz 4 najlepsze z pozostałych (w tym ewentualnie sztafeta, jeśli punkty za nią uzyskane są wyższe od 4 pozostałych).

W przypadku równej liczby punktów uzyskanych przez dwie lub więcej szkół przyznaje się miejsca dzielone. Przy jednakowej liczbie punktów uzyskanych przez szkoły zajmujące miejsca 1 – 3 o wyższej lokacie decyduje wynik w lidze najlepszego zawodnika.

Uwaga: Sztafeta 4x100m nie jest obowiązkowa (jest traktowana jak każdy inny wynik). W przypadku nieobstawienia minimum 2 osobami każdego bloku drużyna jest dopuszczana do zawodów, ale za brak wyniku otrzymuje "0" punktów. Klasyfikację wojewódzką przeprowadza się dla wszystkich szkół, osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców. Prowadzona będzie tylko klasyfikacja drużynowa. O klasyfikacji drużynowej w województwie decydują punkty zdobyte przez szkołę tylko w rundzie finałowej.

2. FESTIWAL SZTAFET

2.1. Terminy:

⇒ finał wojewódzki: 1 X 2021

2.2. Program zawodów:

- dziewczęta - 4 x 100m
- 4 x 400m
- chłopcy - 4 x 100m
- 4 x 400m

2.3. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkół oddzielnie dziewcząt i chłopców. Zespół (sztafeta) składa się z 4 uczniów/uczennic, urodzonych w roku 2002 i młodszych. 1 zawodnik może brać udział tylko w 1 konkurencji.

2.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Szkoły posiadają numery startowe (własne lub przydzielone przez organizatora) oraz pałeczki sztafetowe. Zawodnicy mogą startować w kolcach lekkoatletycznych. Zawody będą rozgrywane w seriach na czas. Przepisy rozgrywania konkurencji zgodnie z przepisami PZLA.

3. SZTAFETOWE BIEGI PRZEŁAJOWE

3.1. Terminy:

- ⇒ powiat: do 8 X 2021
- ⇒ rejon: 2 dek. X 2021
- ⇒ finał wojewódzki: 18 X 2021

3.2. Program zawodów:

- dziewczęta - 6 x ok. 800 m
- chłopcy - 6 x ok. 800 m

3.3. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkół oddzielnie dziewcząt i chłopców. Reprezentacja składa się z 6 uczniów/uczennic, urodzonych w roku 2002 i młodszych.

Finał wojewódzki zostanie przeprowadzony z udziałem 12 drużyn – po 2 z każdego rejonu. W zawodach rejonowych dopuszcza się max. po 2 drużyny z powiatu.

3.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody odbywają się w formie sztafet. Zawodnicy startujący na I zmianie biegną ze startu wspólnego. Strefa zmian 20 m.

Szkoły posiadają numery startowe (własne lub przydzielone przez organizatora) oraz pałeczki sztafetowe. Zawodnicy mogą startować w kolcach lekkoatletycznych.

4. INDYWIDUALNO - DRUŻYNOWE BIEGI PRZELAJOWE

4.1. Terminy:

- | | |
|---------------------|----------------|
| ⇒ powiat: | do 30 III 2022 |
| ⇒ rejon: | 1 dek. IV 2022 |
| ⇒ finał wojewódzki: | 13 IV 2022 |

4.2. Program zawodów:

- dziewczęta (2002 i młodsze) - biegi na dystansie 1000 m
- chłopcy (2002 i młodsi) - biegi na dystansie 1200 m

4.3. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkolne, oddzielnie dziewcząt i chłopców. Zespół składa się z min. 3 a max. 6 uczniów / uczennic z roczników jak wyżej.

Finał wojewódzki zostanie przeprowadzony z udziałem 12 drużyn – po 2 z każdego rejonu. W zawodach rejonowych dopuszcza się max. po 2 drużyny z powiatu.

W zawodach prawo startu mają również zawodnicy, którzy zajęli miejsca 1-3 w zawodach poprzedniego szczebla, jeżeli ich drużyna nie awansowała. Zawodnicy ci otrzymają punkty do współzawodnictwa zgodnie z tabelą punktową (str. 12).

4.4. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Start wspólny w poszczególnych kategoriach, z tym, że drużyny ustawiają się w rzędach po 6 zawodników; wyznaczeni przez nauczyciela liderzy na linii startu, pozostali zawodnicy, wg ustaleń drużyn, za nimi. Suma miejsc na mecie zdobytych przez 5 najlepszych poszczególnych członków zespołu decyduje o jego miejscu w klasyfikacji drużynowej. W przypadku ukończenia biegu przez mniej niż 5 zawodników do punktacji dodaje się ostatnie miejsce + 1 za każdego zawodnika - do 5 wyników. Przy takiej samej liczbie punktów dwóch lub więcej zespołów o kolejności decyduje wyższe miejsce najlepszego zawodnika. Prowadzona będzie oddzielna klasyfikacja indywidualna i drużynowa dla poszczególnych biegów i kategorii. Zawodnicy mogą startować w kolcach lekkoatletycznych.

Przed biegiem zawodnicy otrzymują kartki startowe, które oddają na mecie, po biegu.

5. KOSZYKÓWKA

5.1. Terminy:

- | | |
|---------------------|-----------------|
| ⇒ powiat: | do 20 I 2022 |
| ⇒ rejon: | 1 dek. II 2022 |
| ⇒ półfinał: | 1 dek. III 2022 |
| ⇒ finał wojewódzki: | 1 dek. IV 2022 |

5.2. Uczestnictwo:

Zawody przeprowadzone będą osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców.

W zawodach startują reprezentacje szkół ponadpodstawowych (rocznik zawodników 2002 i młodsi). Zespół liczy do 12 zawodników (w całym turnieju).

W zawodach rejonowych startują wyłącznie mistrzowie powiatów. Do półfinału wojewódzkiego awansują po dwie drużyny z rejonu (z zaliczeniem wyniku spotkania pomiędzy nimi). W finale wojewódzkim wystąpią 4 drużyny – zwycięzcy półfinałów oraz czwarta drużyna wyłoniona w turnieju barażowym z udziałem wicemistrzów półfinałów. Finał wojewódzki rozegrany zostanie systemem pucharowym z rozstawieniem drużyn z jednego półfinału.

5.3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody rozgrywane są zgodnie niniejszym regulaminem (szczegóły w IMS). Pozostałe zasady nie ujęte w regulaminie – zgodnie z przepisami PZKosz.

6. PIŁKA SIATKOWA

6.1. Terminy:

- | | |
|---------------------|-----------------|
| ⇒ powiat: | do 20 XII 2021 |
| ⇒ rejon: | 2 dek. I 2022 |
| ⇒ półfinał: | 1 dek. II 2022 |
| ⇒ finał wojewódzki: | 2 dek. III 2022 |

6.2. Uczestnictwo:

Zawody przeprowadzone będą osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców.

W zawodach startują reprezentacje szkół ponadpodstawowych (rocznik zawodników 2002 i młodsi). Zespół max. 14 zawodników (w całym turnieju).

W zawodach rejonowych startują wyłącznie mistrzowie powiatów. Do półfinału wojewódzkiego awansują po dwie drużyny z rejonu (z zaliczeniem wyniku spotkania pomiędzy nimi).

W finale wojewódzkim wystąpią 4 drużyny – zwycięzcy półfinałów oraz czwarta drużyna wyłoniona w turnieju barażowym z udziałem wicemistrzów półfinałów. Finał wojewódzki rozegrany zostanie systemem pucharowym z rozstawieniem drużyn z jednego półfinału.

6.3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody rozgrywane są zgodnie niniejszym regulaminem (szczegóły w IMS).

Wysokość siatki:

- dziewczęta – 224 cm,
- chłopcy – 243 cm.

Pozostałe zasady nie ujęte w regulaminie – zgodnie z przepisami PZPS.

7. PIŁKA RĘCZNA

7.1. Terminy:

- | | |
|---------------------|-----------------|
| ⇒ powiat: | do 15 XI 2021 |
| ⇒ rejon: | 1 dek. XII 2021 |
| ⇒ półfinał: | 2 dek. I 2022 |
| ⇒ finał wojewódzki: | 3 dek. II 2022 |

7.2. Uczestnictwo:

Zawody przeprowadzone będą osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców.

W zawodach startują reprezentacje szkół ponadpodstawowych (rocznik zawodników 2002 i młodsi). Zespół liczy do 16 zawodników (w całym turnieju).

W zawodach rejonowych startują wyłącznie mistrzowie powiatów. Do półfinału wojewódzkiego awansują po dwie drużyny z rejonu (z zaliczeniem wyniku spotkania pomiędzy nimi). W finale wojewódzkim wystąpią 4 drużyny – zwycięzcy półfinałów oraz czwarta drużyna wyłoniona w turnieju barażowym z udziałem wicemistrzów półfinałów. Finał wojewódzki rozegrany zostanie systemem „każdy z każdym” przy skróconym czasie gry.

7.3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody rozgrywane są zgodnie niniejszym regulaminem.

- Czas gry: 2 x 15-25 minut + 5 minut przerwy (w systemie turniejowym czas gry dostosowany jest do liczby rozgrywanych meczy).
- Obowiązują rozmiary piłki: nr 2 (54-56 cm) – dziewczęta; nr 3 (56-58) - chłopcy
- Drużyna ma prawo wziąć 1-minutowy czas w każdej połowie meczu.
- Dowolny system ustawienia obrony podczas całego meczu.

- Zmiany zawodników możliwe są w dowolnym momencie meczu, a nie tylko wtedy, gdy drużyna zmieniająca zawodnika jest w posiadaniu piłki.
- Można używać klej.
Pozostałe zasady nie ujęte w regulaminie – zgodnie z przepisami ZPRP.
Punktacja – jak w Igrzyskach Młodzieży Szkolnej.

8. PIŁKA NOŻNA

8.1. Terminy:

⇒ powiat: do 2 dek. VI 2022

8.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły urodzeni w 2002 roku i młodsi. Zawody zostaną rozegrane osobno w kategorii dziewcząt i chłopców. Drużyna składa się z 10 zawodników (-czek) (w całym turnieju).

8.3. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie określone w regulaminie – zgodnie z przepisami PZPN.

- Zespół składa się z 5 zawodników w polu + bramkarz.
- Zawody powinny być rozgrywane na boisku o nawierzchni trawiastej o wymiarach szerokość 20 – 32 m długość 40 – 56 m, bramki: 5 x 2 m, dopuszcza się na niższych szczeblach bramki 3 x 2 m.
- Czas gry: 2 x 15 - 20 minut + do 5 minut przerwa.
- Obuwie: korkotrapki, trampki. Piłka: numer „4”.
- Pole bramkowe: prostokąt o wymiarach 7 x 15 m (w przypadku boiska o wymiarach 20 x 40 m, pole bramkowe wyznacza półłuk o promieniu 6 m).
- Bramkarz może chwytać piłkę rękami tylko w polu bramkowym.
- Gra bez „spalonego”.
- Zmiany hokejowe (błędy będą karane w następujący sposób: strata piłki, wykluczenie, rzut karny z 7 m przy bramkach 3 x 2 m lub 9 m przy bramkach 5 x 2 m. Za złą zmianę bramkarza – rzut karny.
- Bramkarz wprowadza piłkę do gry ręką lub nogą w obrębie własnej połowy boiska.
- Piłka z rzutu od bramki nie może bezpośrednio przekroczyć linii środkowej.
- Jeżeli piłka z rzutu od bramki przekroczy bezpośrednio linię środkową to drużyna, która nie popełniła przewinienia wykonuje rzut wolny pośredni z linii środkowej boiska. W tym przypadku nie obowiązuje przepis o „prawie korzyści”.
- Podczas wykonywania stałych fragmentów gry zawodnicy drużyny przeciwnej muszą znajdować się przynajmniej w odległości 5 m od piłki.
- Stosowane będą kary wychowawcze: 2 min., 5 min. i dysk. (wykluczenie z meczu).

8.4. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 3 punkty, za remis - 1 punkt, za przegrane 0 punktów.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- a) większa liczba zdobytych punktów,
- b) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tą samą liczbę punktów:
 - większa liczba zdobytych punktów w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz /-e),
 - korzystniejsza różnica między zdobytymi i utraconymi bramkami w spotkaniach tych drużyn,
 - lepsza różnica bramek w całym turnieju,
 - większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju,

→ jeżeli powyższe punkty nie przyniosą rozstrzygnięcia należy przeprowadzić rzuty karne między zainteresowanymi zespołami
W meczach, które muszą wyłonić zwycięzcę, w przypadku remisu, przeprowadza się dogrywkę trwająca 2 x 5 minut i gra się do „złotej bramki”. Następnie rzuty karne strzelane najpierw po 5, potem po razie do skutku.

9. UNIHOKEJ

9.1. Terminy:

- ⇒ rejon: 1 dek. I 2022
- ⇒ półfinał: 3 dek. I 2022
- ⇒ finał wojewódzki: 1 dek. III 2022

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

9.2. Uczestnictwo:

Zawody przeprowadzone będą osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców.

W zawodach startują reprezentacje szkół ponadpodstawowych (rocznik zawodników 2002 i młodsi). Zespół liczy do 12 zawodników (w całym turnieju).

W zawodach rejonowych startują szkoły zgłoszone z danego rejonu (powiat mielecki startuje w I rejonie). Do półfinału wojewódzkiego awansują po 3 drużyny z rejonów. W finale wojewódzkim wystąpi 6 drużyn – po 2 z każdego półfinału. Finał wojewódzki rozegrany zostanie systemem „każdy z każdym” z zaliczeniem wyników z zawodów półfinałowych.

9.3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody rozgrywane są zgodnie niniejszym regulaminem (szczegóły w IMS). Pozostałe zasady nie ujęte w regulaminie – zgodnie z przepisami PZU. Zawody rozgrywane będą na duże bramki, z bramkarzami.

10. KOSZYKÓWKA 3 X 3

10.1. Terminy:

- ⇒ finał wojewódzki: 1 dek. VI 2022
- System ewentualnych eliminacji zostanie ustalony na podstawie liczby zgłoszonych do rozgrywek drużyn.

10.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły urodzeni w latach **2005 i młodsi**. Zawody zostaną rozegrane osobno w kategorii dziewcząt i chłopców. Drużyna składa się z 4 zawodników (-czek) (w całym turnieju), w tym 3 zawodników na boisku oraz 1 zawodnik rezerwowo.

10.1. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody rozgrywane są zgodnie niniejszym regulaminem (szczegóły w IMS).

11. PŁYWANIE

11.1. Terminy:

- ⇒ półfinały: 1 dek. XII 2021
- ⇒ finał wojewódzki: 3 dek. I 2022

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021.

11.2. Uczestnictwo:

W zawodach startują zespoły szkolne, w skład których wchodzi: 6 dziewcząt lub 6 chłopców urodzonych w roku 2002 i młodszy. Finał Wojewódzki zostanie przeprowadzony z udziałem 12 drużyn (mistrzowie półfinałów oraz do 12 – najlepsze wyniki). Podobnie rozegrane zostaną zawody indywidualne.

11.3. Program zawodów:

- sztafeta 6 x 50 m stylem dowolnym dziewcząt
- sztafeta 6 x 50 m stylem dowolnym chłopców

Podczas rejonowych i wojewódzkich zawodów w pływaniu sztafetowym odbędą się również zawody indywidualne w kolejności: 50 metrów stylem motylkowym, grzbietowym, klasycznym i dowolnym. Zawodnicy startujący indywidualnie w finale wojewódzkim, jeżeli ich szkoła nie startuje w sztafecie otrzymają punkty do współzawodnictwa zgodnie z tabelą punktową (str. 12).

Każdy uczestnik może startować w sztafecie i tylko w 1 stylu indywidualnie.

12. TENIS STOŁOWY

12.1. Terminy:

- | | |
|---------------------|------------------|
| ⇒ powiat: | do 2 dek. I 2022 |
| ⇒ rejon: | 1 dek. II 2022 |
| ⇒ finał wojewódzki: | 1 dek. III 2022 |

12.2. Uczestnictwo:

Zawody rozgrywane są osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców.

W zawodach startują uczniowie szkół ponadpodstawowych ur. w roku 2002 i młodszy. Zespół liczy 2 dziewczyny + 1 rezerwowa lub 2 chłopców + 1 rezerwowy. Zawodnik rezerwowy może zagrać w grze podwójnej, a w następnej grze może być zawodnikiem podstawowym. W przypadku kontuzji gra zakończona jest przegraną, a zawodnik rezerwowy od gry następnej jest zawodnikiem podstawowym.

W zawodach rejonowych dopuszcza się max. po 2 drużyny z powiatu.

W finale wojewódzkim wystartuje 12 drużyn – po 2 z każdego rejonu. Rozstawieni będą mistrzowie rejonów oraz szkoły wg aktualnych list klasyfikacyjnych. W zawodach niższego szczebla zaleca się stosowanie systemu grupowo – pucharowego lub do dwóch przegranych spotkań.

12.3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody rozgrywane są zgodnie niniejszym regulaminem (szczegóły w IMS). Pozostałe zasady – zgodnie z przepisami PZTS.

13. BADMINTON

13.1. Terminy:

- | | |
|---------------------|----------------|
| ⇒ półfinał: | 2 dek. X 2021 |
| ⇒ finał wojewódzki: | 1 dek. XI 2021 |

Zgłoszenia szkół poprzez system rejestracji szkół srs.szs.pl do dnia 30 IX 2021 r.

13.2. Uczestnictwo:

Zawody rozgrywane będą osobno w kategoriach dziewcząt i chłopców. W zawodach startują uczniowie szkół ponadpodstawowych ur. w roku 2002 i młodszy.

Zespół liczy 2 dziewczynki + 1 rezerwowa lub 2 chłopców + 1 rezerwowy. Zawodnik rezerwowy może zagrać w grze podwójnej, a w następnej grze może być zawodnikiem podstawowym. W przypadku kontuzji gra zakończona jest przegraną, a zawodnik rezerwowy od gry następnej jest zawodnikiem podstawowym.

Finał wojewódzki zostanie przeprowadzony z udziałem 8 drużyn w każdej kategorii, wyłonionych z turniejów eliminacyjnych.

13.3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z niniejszym regulaminem (szczegóły w IMS). Pozostałe zasady – zgodnie z przepisami PZBad.

14. SZACHY

14.1. Terminy:

- | | |
|---------------------|----------------|
| ⇒ powiat: | 3 dek. X 2021 |
| ⇒ rejon: | 1 dek. XI 2021 |
| ⇒ finał wojewódzki: | 3 dek. XI 2021 |

14.2. Uczestnictwo:

Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły ponadpodstawowej urodzeni w roku 2002 i młodszy. Drużyna składa się z 4 osób:

- | | |
|-------------------|--------------|
| - I szachownica | - chłopiec |
| - II szachownica | - chłopiec |
| - III szachownica | - chłopiec |
| - IV szachownica | - dziewczyna |

Skład drużyny obowiązuje przez cały turniej. Kolejność zawodników w drużynie nie może ulec zmianie w trakcie rozgrywek.

Na szachownicy chłopca może zostać zgłoszona dziewczyna.

Finał Wojewódzki zostanie rozegrany z udziałem 12 zespołów (po 2 z każdego rejonu). Do zawodów rejonowych kwalifikują się po 2 drużyny z powiatu.

14.3. Program zawodów:

Zawody zostaną przeprowadzone systemem „każdy z każdym”.

Tempo gry 10-20 min. na partię dla zawodnika (w zależności od liczby drużyn).

14.4. Punktacja:

O miejscu drużyny decyduje w kolejności:

- punkty duże - meczowe (za wygrany mecz – 2 pkt, za remis – 1 pkt, za przegrany – 0 pkt)
- suma punktów zdobytych przez zawodników (wygrana – 1 pkt; remis – 0,5 pkt, przegrana – 0 pkt).
- wynik bezpośredniego spotkania,
- lepszy wynik na pierwszej, ewentualnie kolejnych szachownicach,
- dodatkowy mecz po wyczerpaniu w/w kryteriów.



X. KONKURSY

1. KONKURS PLASTYCZNY „SPORT W WYOBRAŹNI UCZNIĄ”

1.1. Terminy:

Prace prosimy nadsyłać na adres PW SZS w Rzeszowie do dnia 30.05.2022 r.

1.2. Uczestnictwo:

Celem konkursu jest ukazania przez twórczość plastyczną dzieci i młodzieży związków kultury ze sportem.

Konkurs zostanie przeprowadzony w 2 kategoriach wiekowych:

- I kategoria od 7 lat do 13 lat
- II kategoria od 14 lat do 16 lat

Techniki dowolne: malarstwo, rysunek, grafika, collage, rzeźba, techniki mieszane.

Prace powinny być oznaczone na odwrocie imieniem i nazwiskiem, wiekiem autora, dokładnym adresem i nazwą szkoły.

2. KONKURS FOTOGRAFICZNY „SPORT W OBIEKTYWIE”

2.1 Terminy:

Prace należy nadsyłać na adres PW SZS w Rzeszowie do 30.05.2022 r.

2.2. Uczestnictwo:

Konkurs organizowany jest w kategoriach:

- młodzież szkolna
- dorośli

Konkurs obejmuje zdjęcia o tematyce sportowej z wyeksponowaniem udziału dzieci i młodzieży oraz akcentów związanych z SZS. Format zdjęć min. 10 x 15 cm.

Wskazane przesyłanie zdjęć pocztą elektroniczną na adres e-mailowy PW SZS.

Każdy uczestnik może zgłosić do konkursu max. 3 prace.

Prace powinny być oznaczone na odwrocie (lub w e-mailu) imieniem i nazwiskiem, wiekiem autora, dokładnym adresem i nazwą szkoły.

3. KONKURS „FAIR PLAY”

3.1. Terminy:

Konkurs obejmuje okres roku szkolnego 2021/2022

Termin nadsyłania zgłoszeń: do końca czerwca 2022 r.

3.2. Uczestnictwo:

Zgłoszony do konkursu może być zawodnik, uczeń, trener, nauczyciel, zespół, drużyna, sędzia, organizator, kibic sportowy, którzy swoim postępowaniem lub szczególnym czynem przyczynili się do propagowania idei czystej sportowej walki, bez względu na osiągnięty wynik. Czynem tym pomogli innym, narażając, bądź poświęcając swoje szanse wygranej, dając tym samym wyraz szacunku dla pisanych i niepisanych praw w sporcie oraz swojej humanitarnej postawie wobec drugiego człowieka bądź zespołu.

3.3. Zgłoszenia:

Warunkiem udziału w konkursie jest nadesłanie do PW SZS w Rzeszowie umotywowanego wniosku, który powinien zawierać:

- nazwisko i imię lub nazwę zespołu – kandydata wraz z adresem i nazwą szkoły,
- nazwę, rodzaj, miejsce i termin omawianych zawodów sportowych,
- zwięzły opis wydarzeń lub charakterystyka kandydata,
- nazwisko i imię lub nazwa instytucji – organizacji przedstawiającej kandydata,
- nazwiska i podpisy ewentualnych świadków zdarzenia.

LEKKOATLETYCZNE TABELY PUNKTOWE

* Trójbój lekkoatletyczny * Czwórbój lekkoatletyczny

DZIEWCZĘTA

R - pomiar ręczny

PKT	60 m	60 m R	600 m	skok wzwyż	skok w dal	pił. palant.	PKT
Powyżej 200 pkt.	1 pkt. za 0,01 s	10 pkt. za 0,1 s	1 pkt. za 0,2 s	2 pkt. za 1 cm	1 pkt za 2 cm	2 pkt. za 0,5 m	Powyżej 200 pkt.
200	7.38	7.1	1:32.11	1.79	5.93	77.0	200
199	7.39		1:32.29	1.78	5.91	76.5	199
198	7.40		1:32.48	1.77	5.90		198
197	7.42		1:32.67		5.88	76.0	197
196	7.43		1:32.86	1.76	5.87		196
195	7.44	7.2	1:33.05		5.85	75.5	195
194	7.46		1:33.24	1.75	5.84		194
193	7.47		1:33.43		5.83	75.0	193
192	7.48		1:33.62	1.74	5.81	74.5	192
191	7.50		1:33.81		5.80		191
190	7.51		1:34.00		5.78	74.0	190
189	7.52		1:34.19	1.73	5.77		189
188	7.54		1:34.39		5.76	73.5	188
187	7.55	7.3	1:34.58	1.72	5.74		187
186	7.56		1:34.77		5.73	73.0	186
185	7.58		1:34.97	1.71	5.71	72.5	185
184	7.59		1:35.17		5.70		184
183	7.60		1:35.36	1.70	5.68	72.0	183
182	7.61		1:35.56		5.67		182
181	7.62		1:35.76	1.69	5.65	71.5	181
180	7.63	7.4	1:35.95		5.64	71.0	180
179	7.64		1:36.15	1.68	5.63		179
178	7.65		1:36.35		5.61	70.5	178
177	7.66		1:36.55	1.67	5.60		177
176	7.67		1:36.75		5.58	70.0	176
175	7.68		1:36.95		5.57	69.5	175
174	7.69		1:37.16	1.66	5.55		174
173	7.70		1:37.36		5.54	69.0	173
172	7.71		1:37.56	1.65	5.52		172
171	7.72		1:37.77		5.51	68.5	171
170	7.73	7.5	1:37.97	1.64	5.49	68.0	170
169	7.74		1:38.18		5.48		169
168	7.75		1:38.46	1.63	5.47	67.5	168
167	7.76		1:38.74		5.46		167
166	7.77		1:38.98	1.62	5.45	67.0	166
165	7.78		1:39.26		5.44		165
164	7.79		1:39.54	1.61	5.43	66.5	164
163	7.80		1:39.82		5.42	66.0	163
162	7.81		1:40.10	1.60	5.41		162
161	7.82		1:40.38		5.39	65.5	161
160	7.83	7.6	1:40.66		5.38		160
159	7.84		1:40.94	1.59	5.36	65.0	159
158	7.85		1:41.22		5.34	64.5	158
157	7.86		1:41.50	1.58	5.32		157
156	7.87		1:41.78		5.30	64.0	156
155	7.88		1:42.06	1.57	5.27		155
154	7.89		1:42.34		5.24	63.5	154
153	7.90		1:42.62	1.56	5.21	63.0	153
152	7.91		1:42.80		5.19		152
151	7.92		1:42.95		5.18		152

PKT	60 m	60 m R	600 m	skok wzwyż	skok w dal	pił. palant.	PKT
150	7.93	7.7	1:43.10	1.55	5.17	62.5	150
149	7.94		1:43.25		5.16		149
148	7.95		1:43.40	1.54	5.15		148
147	7.96		1:43.55		5.14	62.0	147
146	7.97		1:43.70	1.53	5.13		146
145	7.98		1:43.80		5.12		145
144	7.99		1:43.90	1.52		61.5	144
143	8.00		1:44.00		5.11		143
142	8.01		1:44.10		5.10		142
141	8.02		1:44.20	1.51	5.09	61.0	141
140	8.03	7.8	1:44.30				140
139	8.05		1:44.40		5.08	60.5	139
138	8.06		1:44.50	1.50	5.07		138
137	8.07		1:44.60		5.06	60.0	137
136	8.09		1:44.70				136
135	8.10		1:44.80	1.49	5.05	59.5	135
134	8.12		1:44.90		5.04		134
133	8.13	7.9	1:45.00		5.03	59.0	133
132	8.14		1:45.10	1.48			132
131	8.15		1:45.20		5.02	58.5	131
130	8.16		1:45.30		5.01		130
129	8.18		1:45.40	1.47	5.00	58.0	129
128	8.19		1:45.50				128
127	8.20		1:45.60		4.99	57.5	127
126	8.21		1:45.70	1.46	4.98		126
125	8.22		1:45.80		4.97	57.0	125
124	8.23	8.0	1:45.90				124
123	8.24		1:46.00	1.45	4.96	56.5	123
122	8.25		1:46.10		4.95		122
121	8.26		1:46.20		4.94	56.0	121
120	8.27		1:46.30	1.44			120
119	8.28		1:46.40		4.93	55.5	119
118	8.29		1:46.50		4.92		118
117	8.30		1:46.60	1.43	4.91	55.0	117
116	8.31		1:46.70				116
115	8.32		1:46.80		4.90	54.5	115
114	8.33	8.1	1:46.90	1.42	4.89		114
113	8.34		1:47.00		4.88	54.0	113
112	8.35		1:47.10				112
111	8.36		1:47.20	1.41	4.87	53.5	111
110	8.37		1:47.30		4.86		110
109	8.38		1:47.40		4.85	53.0	109
108	8.39		1:47.50	1.40		52.5	108
107	8.40		1:47.60		4.84		107
106	8.41		1:47.70		4.83	52.0	106
105	8.42		1:47.80	1.39	4.82		105
104	8.43	8.2	1:47.90		4.81	51.5	104
103	8.45		1:47.99		4.80	51.0	103
102	8.47		1:48.08	1.38	4.79		102
101	8.48		1:48.20		4.78	50.5	101

PKT	60 m	60 m R	600 m	skok wzwyż	skok w dal	pił. palant.	PKT
100	8.49		1:48.40		4.77	50.0	100
99	8.50		1:48.60	1.37	4.76		99
98	8.52		1:48.90		4.75	49.5	98
97	8.54	8.3	1:49.20		4.74	49.0	97
96	8.56		1:49.50	1.36	4.73		96
95	8.58		1:49.80		4.72	48.5	95
94	8.60		1:50.15		4.71	48.0	94
93	8.62		1:50.50	1.35	4.70	47.5	93
92	8.64	8.4	1:50.90		4.69		92
91	8.66		1:51.30		4.68	47.0	91
90	8.69		1:51.75	1.34	4.67	46.5	90
89	8.72		1:52.20		4.66	46.0	89
88	8.75	8.5	1:52.70		4.64		88
87	8.78		1:53.20	1.33	4.63	45.5	87
86	8.81		1:53.75		4.62	45.0	86
85	8.84	8.6	1:54.35		4.61	44.5	85
84	8.87		1:54.95	1.32	4.59		84
83	8.89		1:55.55		4.58	44.0	83
82	8.91		1:56.15		4.56	43.5	82
81	8.93		1:56.75	1.31	4.55	43.0	81
80	8.95	8.7	1:57.30		4.53		80
79	8.97		1:57.85		4.51	42.5	79
78	9.00		1:58.35	1.30	4.49	42.0	78
77	9.02		1:58.85		4.47	41.5	77
76	9.05	8.8	1:59.35		4.45		76
75	9.07		1:59.85	1.29	4.42	41.0	75
74	9.10		2:00.35		4.39	40.5	74
73	9.13	8.9	2:00.85		4.37	40.0	73
72	9.16		2:01.35	1.28	4.35		72
71	9.20		2:01.85		4.33	39.5	71
70	9.23	9.0	2:02.35		4.31	39.0	70
69	9.26		2:02.85	1.27	4.29	38.5	69
68	9.28		2:03.40		4.27		68
67	9.30		2:03.95		4.25	38.0	67
66	9.32		2:04.50	1.26	4.23	37.5	66
65	9.35	9.1	2:05.05		4.21	37.0	65
64	9.39		2:05.60		4.19		64
63	9.43	9.2	2:06.15	1.25	4.17	36.5	63
62	9.47		2:06.70		4.15	36.0	62
61	9.51		2:07.25	1.24	4.13	35.5	61
60	9.55	9.3	2:07.80		4.11		60
59	9.59		2:08.35	1.23	4.09	35.0	59
58	9.63	9.4	2:08.90		4.07	34.5	58
57	9.67		2:09.45	1.22	4.05	34.0	57
56	9.71		2:10.00		4.03	33.5	56
55	9.75	9.5	2:10.55	1.21	4.01		55
54	9.79		2:11.10		3.99	33.0	54
53	9.83	9.6	2:11.65	1.20	3.97	32.5	53
52	9.87		2:12.20		3.94	32.0	52
51	9.91		2:12.75	1.19	3.91	31.5	51

PKT	60 m	60 m R	600 m	skok wzwyż	skok w dal	pił. palant.	PKT
50	9.95	9.7	2:13.30		3.88		50
49	9.99		2:13.85	1.18	3.85	31.0	49
48	10.03	9.8	2:14.40		3.82	30.5	48
47	10.07		2:14.95	1.17	3.79	30.0	47
46	10.11		2:15.50		3.76		46
45	10.15	9.9	2:16.05	1.16	3.73	29.5	45
44	10.19		2:16.60		3.70	29.0	44
43	10.23	10.0	2:17.15	1.15	3.67	28.5	43
42	10.27		2:17.70		3.64		42
41	10.31		2:18.25	1.14	3.61	28.0	41
40	10.35	10.1	2:18.80		3.58	27.5	40
39	10.39		2:19.35	1.13	3.55	27.0	39
38	10.43	10.2	2:19.90		3.52		38
37	10.47		2:20.45	1.12	3.49	26.5	37
36	10.51		2:21.00		3.46	26.0	36
35	10.55	10.3	2:21.55	1.11	3.43	25.5	35
34	10.59		2:22.10		3.40	25.0	34
33	10.63	10.4	2:22.65	1.10	3.37	24.5	33
32	10.67		2:23.20		3.34	24.0	32
31	10.71		2:23.75	1.09	3.31	23.5	31
30	10.75	10.5	2:24.30		3.28	23.0	30
29	10.79		2:24.85	1.08	3.25	22.5	29
28	10.83	10.6	2:25.40	1.07	3.22	22.0	28
27	10.87		2:25.95		3.19	21.5	27
26	10.91		2:26.50	1.06	3.16	21.0	26
25	10.95	10.7	2:27.10	1.05	3.13	20.5	25
24	10.99		2:27.70		3.10	20.0	24
23	11.04	10.8	2:28.30	1.04	3.07	19.5	23
22	11.09		2:28.95	1.03	3.04	19.0	22
21	11.14	10.9	2:29.65		3.01	18.5	21
20	11.19		2:30.35	1.02	2.98	18.0	20
19	11.25	11.0	2:31.05	1.01	2.95	17.5	19
18	11.31	11.1	2:31.75	1.00	2.92	17.0	18
17	11.37		2:32.45		2.89	16.5	17
16	11.43	11.2	2:33.15	0.99	2.86	16.0	16
15	11.49		2:33.85	0.98	2.83	15.5	15
14	11.56	11.3	2:34.65	0.97	2.80	15.0	14
13	11.64	11.4	2:35.45	0.96	2.77	14.5	13
12	11.72	11.5	2:36.25	0.95	2.74	14.0	12
11	11.80	11.6	2:37.05	0.94	2.71	13.5	11
10	11.88	11.7	2:37.85	0.93	2.67	13.0	10
9	11.96		2:38.65	0.92	2.63	12.5	9
8	12.04	11.8	2:39.45	0.91	2.59	12.0	8
7	12.12	11.9	2:40.25	0.90	2.55	11.5	7
6	12.20	12.0	2:41.05	0.88	2.50	11.0	6
5	12.30	12.1	2:41.85	0.87	2.45	10.5	5
4	12.40	12.2	2:42.65	0.85	2.40	10.0	4
3	12.50	12.3	2:43.35	0.84	2.35	9.5	3
2	12.62	12.4	2:44.35	0.82	2.25	9.0	2
1	12.75	12.5	2:45.35	0.80	2.10	8.0	1

LEKKOATLETYCZNE TABELY PUNKTOWE

* Trójbój lekkoatletyczny * Czwórbój lekkoatletyczny **CHŁOPCY**

R - pomiar ręczny

PKT	60 m	60 m R	1000 m	skok wzwyż	skok w dal	pił. palant.	PKT
Powyżej 200 pkt.	1 pkt. za 0,01 s	10 pkt. za 0,1 s	1 pkt. za 0,2 s	2 pkt. za 1 cm	1 pkt za 2 cm	2 pkt. za 0,5 m	Powyżej 200 pkt.
200	6.91		2:32.30	2.06	7.12	104.0	200
199	6.92		2:32.65		7.11		199
198	6.93		2:32.80	2.05	7.09	103.5	198
197	6.94		2:33.05		7.08		197
196	6.95		2:33.30	2.04	7.06	103.0	196
195		6.7	2:33.55		7.05		195
194	6.96		2:33.80	2.03	7.03	102.5	194
193	6.97		2:34.05		7.01		193
192	6.98		2:34.30	2.02	7.00	102.0	192
191	6.99		2:34.55		6.98		191
190			2:34.80	2.01	6.97	101.5	190
189	7.00		2:35.05		6.95		189
188	7.01		2:35.30	2.00	6.94	101.0	188
187	7.02		2:35.55	1.99	6.92		187
186	7.03	6.8	2:35.80		6.90	100.5	186
185			2:36.05	1.98	6.89		185
184	7.04		2:36.30		6.87	100.0	184
183	7.05		2:36.55	1.97	6.86		183
182	7.06		2:36.80	1.96	6.84	99.5	182
181	7.07		2:37.05		6.82		181
180	7.08		2:37.30	1.95	6.81	99.0	180
179	7.09		2:37.49		6.79		179
178			2:37.68		6.78	98.5	178
177	7.10	6.9	2:37.87	1.94	6.76		177
176	7.11		2:38.25		6.74	98.0	176
175	7.12		2:38.44		6.73		175
174	7.13		2:38.63	1.93	6.71	97.5	174
173	7.14		2:38.82		6.69		173
172	7.15		2:39.01		6.68	97.0	172
171			2:39.20	1.92	6.66		171
170	7.16		2:39.39		6.65	96.5	170
169	7.17		2:39.58		6.63		169
168	7.18		2:39.77	1.91	6.61	96.0	168
167	7.19		2:39.96		6.60		167
166	7.20	7.0	2:40.15		6.58	95.5	166
165			2:40.34	1.90	6.56		165
164	7.21		2:40.53		6.55	95.0	164
163	7.22		2:40.72	1.89	6.53		163
162	7.23		2:40.91		6.51	94.5	162
161	7.24		2:41.10	1.88	6.50		161
160	7.25		2:41.29		6.48	94.0	160
159	7.26		2:41.48	1.87	6.46		159
158	7.27		2:41.67		6.45	93.5	158
157	7.28		2:41.86	1.86	6.43		157
156	7.29		2:42.05		6.42	93.0	156
155	7.30		2:42.24	1.85	6.40		155
154	7.31	7.1	2:42.42		6.39	92.5	154
153	7.32		2:42.60	1.84	6.37		153
152	7.33		2:42.79		6.35	92.0	152
151	7.34		2:42.98	1.83	6.33		151

PKT	60 m	60 m R	1000 m	skok wzwyż	skok w dal	pił. palant.	PKT
150	7.35		2:43.19		6.31	91.5	150
149	7.36		2:43.42		6.30		149
148	7.37		2:43.65	1.82	6.29	91.0	148
147	7.38		2:43.88		6.28		147
146	7.39		2:44.11		6.26	90.5	146
145	7.40		2:44.34	1.81	6.25	90.0	145
144	7.41		2:44.57		6.24	89.5	144
143	7.42	7.2	2:44.80		6.22	89.0	143
142	7.43		2:45.03	1.80	6.21	88.5	142
141	7.44		2:45.26		6.20	88.0	141
140	7.45		2:45.49		6.19	87.5	140
139	7.46		2:45.72	1.79	6.18	87.0	139
138	7.47		2:45.95		6.17	86.5	138
137	7.48		2:46.19		6.16	86.0	137
136	7.49		2:46.43	1.78	6.14	85.5	136
135	7.50		2:46.68		6.13	85.0	135
134	7.51		2:46.93		6.12	84.5	134
133	7.52		2:47.18	1.77	6.11	84.0	133
132	7.53	7.3	2:47.43		6.10	83.5	132
131	7.54		2:47.68		6.08	83.0	131
130	7.55		2:47.92	1.76	6.07	82.5	130
129	7.56		2:48.16		6.06	82.0	129
128	7.57		2:48.40		6.04	81.5	128
127	7.58		2:48.64		6.03	81.0	127
126	7.59		2:48.88	1.75	6.02	80.5	126
125	7.60		2:49.09		6.01	80.0	125
124	7.61		2:49.44		6.00	79.5	124
123	7.62		2:49.79	1.74	5.99	79.0	123
122	7.63		2:50.14		5.98	78.5	122
121	7.64	7.4	2:50.49		5.96	78.0	121
120	7.65		2:50.84	1.73	5.95	77.5	120
119	7.66		2:51.19		5.94	77.0	119
118	7.67		2:51.54		5.92	76.5	118
117	7.68		2:51.89	1.72	5.91	76.0	117
116	7.69		2:52.24		5.90	75.5	116
115	7.70		2:52.59		5.88	75.0	115
114	7.71		2:52.95	1.71	5.87	74.5	114
113	7.72		2:53.30		5.85	74.0	113
112	7.73	7.5	2:53.65		5.84	73.5	112
111	7.74		2:54.00	1.70	5.82	73.0	111
110	7.75		2:54.35		5.80	72.5	110
109	7.76		2:54.70	1.69	5.78	72.0	109
108	7.77		2:55.05	1.68	5.76	71.5	108
107	7.78		2:55.40		5.74	71.0	107
106	7.79		2:55.75	1.67	5.72	70.5	106
105	7.80		2:56.10	1.66	5.70	70.0	105
104	7.81		2:56.45		5.68	69.5	104
103	7.82		2:56.80	1.65	5.66	69.0	103
102	7.83		2:57.10	1.64	5.64	68.5	102
101	7.84	7.6	2:57.60		5.62	68.0	101

PKT	60 m	60 m R	1000 m	skok wzwyż	skok w dal	pił. palant.	PKT
100	7.85		2:58.10	1.63	5.60	67.5	100
99	7.86		2:58.60	1.62	5.58	67.0	99
98	7.87		2:59.15		5.56	66.5	98
97	7.88		2:59.70	1.61	5.54	66.0	97
96	7.90		3:00.25	1.60	5.52	65.5	96
95	7.92		3:00.80		5.50	65.0	95
94	7.94	7.7	3:01.35	1.59	5.48	64.5	94
93	7.96		3:01.90	1.58	5.46	64.0	93
92	7.98		3:02.45		5.44	63.5	92
91	8.00		3:03.00	1.57	5.42	63.0	91
91	8.02		3:03.55	1.56	5.40	62.5	91
89	8.04	7.8	3:04.10		5.38	62.0	89
88	8.07		3:04.75	1.55	5.36	61.5	88
87	8.10		3:05.40	1.54	5.34	61.0	87
86	8.13	7.9	3:06.05		5.32	60.5	86
85	8.16		3:06.70	1.53	5.30	60.0	85
84	8.19		3:07.35	1.52	5.28	59.5	84
83	8.22		3:08.00	1.51	5.26	59.0	83
82	8.25	8.0	3:08.65		5.23	58.5	82
81	8.28		3:09.45	1.50	5.20	58.0	81
80	8.31		3:10.24	1.49	5.18	57.5	80
79	8.34	8.1	3:11.04	1.48	5.15	57.0	79
78	8.36		3:11.84		5.12	56.5	78
77	8.38		3:12.64	1.47	5.09	56.0	77
76	8.40		3:13.44	1.46	5.06	55.5	76
75	8.42		3:14.24		5.03	55.0	75
74	8.44	8.2	3:15.04	1.45	4.99	54.5	74
73	8.46		3:15.84	1.44	4.96	54.0	73
72	8.49		3:16.64	1.43	4.93	53.5	72
71	8.52		3:17.44	1.42	4.90	53.0	71
70	8.54	8.3	3:18.24		4.87	52.5	70
69	8.57		3:19.04	1.41	4.84	52.0	69
68	8.60		3:19.84	1.40	4.81	51.5	68
67	8.63	8.4	3:20.64		4.78	51.0	67
66	8.66		3:21.44	1.39	4.75	50.5	66
65	8.69		3:22.24	1.38	4.72	50.0	65
64	8.72		3:23.04		4.69	49.5	64
63	8.75	8.5	3:23.84	1.37	4.66	49.0	63
62	8.78		3:24.64	1.36	4.63	48.5	62
61	8.81		3:25.44		4.60	48.0	61
60	8.84	8.6	3:26.24	1.35	4.57	47.5	60
59	8.87		3:27.04	1.34	4.54	47.0	59
58	8.90		3:27.84		4.51	46.5	58
57	8.93	8.7	3:28.64	1.33	4.48	46.0	57
56	8.96		3:29.44	1.32	4.45	45.5	56
55	8.99		3:30.24		4.42	45.0	55
54	9.02		3:31.04	1.31	4.39	44.5	54
53	9.05	8.8	3:31.84	1.30	4.36	44.0	53
52	9.08		3:32.64		4.33	43.5	52
51	9.11		3:33.42	1.29	4.30	43.0	51

PKT	60 m	60 m R	1000 m	skok wzwyż	skok w dal	pił. palant.	PKT
50	9.14	8.9	3:34.40	1.28	4.27	42.5	50
49	9.17		3:35.73		4.24	42.0	49
48	9.20		3:36.53	1.27	4.21	41.5	48
47	9.23	9.0	3:37.34	1.26	4.18	41.0	47
46	9.26		3:38.32		4.15	40.5	46
45	9.29		3:39.30	1.25	4.12	40.0	45
44	9.32	9.1	3:40.28	1.24	4.09	39.5	44
43	9.36		3:41.26		4.06	39.0	43
42	9.40		3:42.24	1.23	4.03	38.5	42
41	9.43	9.2	3:43.22	1.22	4.00	38.0	41
40	9.46		3:44.21		3.97	37.5	40
39	9.50		3:45.20	1.21	3.94	37.0	39
38	9.54	9.3	3:46.19	1.20	3.91	36.5	38
37	9.58		3:47.18	1.19	3.88	36.0	37
36	9.62		3:48.17		3.85	35.5	36
35	9.66	9.4	3:49.37	1.18	3.82	35.0	35
34	9.70		3:50.57	1.17	3.79	34.5	34
33	9.75	9.5	3:51.77	1.16	3.76	34.0	33
32	9.80		3:52.97		3.74	33.5	32
31	9.85	9.6	3:54.17	1.15	3.72	33.0	31
30	9.90		3:55.37	1.14	3.70	32.5	30
29	9.95	9.7	3:56.57	1.13	3.68	32.0	29
28	10.00		3:57.77		3.66	31.5	28
27	10.05	9.8	3:58.97	1.12	3.64	31.0	27
26	10.10		4:00.17	1.11	3.62	30.5	26
25	10.15	9.9	4:01.37	1.10	3.60	30.0	25
24	10.20		4:02.57		3.57	29.5	24
23	10.25	10.0	4:03.77	1.09	3.53	29.0	23
22	10.30		4:04.97	1.08	3.49	28.5	22
21	10.35	10.1	4:05.17	1.07	3.45	28.0	21
20	10.40		4:06.37		3.41	27.5	20
19	10.45	10.2	4:07.57	1.06	3.37	27.0	19
18	10.50		4:08.77	1.05	3.33	26.5	18
17	10.55	10.3	4:10.40	1.04	3.29	26.0	17
16	10.60		4:12.20		3.25	25.5	16
15	10.65	10.4	4:14.00	1.03	3.21	25.0	15
14	10.70		4:15.80	1.02	3.17	24.5	14
13	10.75	10.5	4:17.60	1.01	3.12	24.0	13
12	10.80		4:19.40	1.00	3.07	23.5	12
11	10.85	10.6	4:21.20	0.99	3.02	23.0	11
10	10.90		4:23.00	0.98	2.97	22.5	10
9	10.95	10.7	4:24.80	0.97	2.90	22.0	9
8	11.00		4:26.60	0.95	2.83	21.5	8
7	11.05	10.8	4:27.40	0.93	2.76	21.0	7
6	11.10		4:29.20	0.91	2.68	20.5	6
5	11.15	10.9	4:31.00	0.89	2.60	20.0	5
4	11.20	11.0	4:32.80	0.87	2.50	19.5	4
3	11.30	11.1	4:34.60	0.85	2.40	19.0	3
2	11.45	11.2	4:36.40	0.83	2.25	18.5	2
1	11.60	11.4	4:38.20	0.80	2.10	18.0	1

LEKKOATLETYCZNE TABELE PUNKTOWE - DZIEWCZĘTA

• Igrzyska Młodzieży Szkolnej - Szkolna drużynowa liga lekkoatletyczna R – pomiar ręczny

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	80pł	80pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 3 kg	dysk 0,75 kg	oszczep 500 g	4x100	4x100 R	Pkt	
Powyżej 200 pkt.	1 pkt. za 0,03 s		1 pkt. za 0,1 s		1 pkt. za 0,2 s	1 pkt. za 0,2 s	1 pkt za 0,05s		1 pkt za 0,05s		3 pkt. za 1 cm	1 pkt. za 2 cm	1 pkt. za 5 cm	1 pkt. za 25 cm	1 pkt. za 24 cm	1 pkt. za 0,1 s		Powyżej 200 pkt.	
200	11.76		39.15	38.9	1:29.37	2:40.91	11.18		42.55	42.3	1.81	6.08	15.73	44.18	51.65	47.14	47.0	200	
199	11.78		39.21		1:29.55	2:41.34	11.22		42.63	42.4		6.06	15.67	43.98	51.42	47.22		199	
198	11.80		39.28	39.0	1:29.73	2:41.78	11.25	11.0	42.71	42.5	1.80	6.05	15.60	43.78	51.18	47.31	47.1	198	
197	11.82		39.35	39.1	1:29.91	2:42.21	11.28		42.79			6.04	15.53	43.58	50.95	47.39	47.2	197	
196	11.84	11.6	39.41		1:30.09	2:42.65	11.31		42.87	42.6	1.79	6.02	15.46	43.38	50.71	47.48	47.3	196	
195	11.86		39.48	39.2	1:30.27	2:43.09	11.34	11.1	42.95	42.7		6.01	15.39	43.18	50.48	47.57	47.4	195	
194	11.89		39.55	39.3	1:30.45	2:43.53	11.38		43.03	42.8		5.99	15.33	42.98	50.24	47.65	47.5	194	
193	11.91		39.61		1:30.63	2:43.97	11.41		43.11	42.9	1.78	5.98	15.26	42.76	50.01	47.74	47.6	193	
192	11.93		39.68	39.4	1:30.82	2:44.41	11.44	11.2	43.19			5.97	15.19	42.56	49.77	47.83		192	
191	11.95	11.7	39.75	39.5	1:31.00	2:44.85	11.47		43.27	43.0	1.77	5.95	15.12	42.36	49.54	47.91	47.7	191	
190	11.97		39.81		1:31.18	2:45.30	11.51		43.36	43.1		5.94	15.05	42.16	49.30	48.00	47.8	190	
189	11.99		39.88	39.6	1:31.37	2:45.74	11.54	11.3	43.44	43.2	1.76	5.93	14.98	41.96	49.07	48.09	47.9	189	
188	12.01		39.95	39.7	1:31.55	2:46.19	11.57		43.52	43.3		5.91	14.92	41.76	48.83	48.18	48.0	188	
187	12.04	11.8	40.02		1:31.74	2:46.64	11.60		43.61	43.4	1.75	5.90	14.85	41.56	48.59	48.26	48.1	187	
186	12.06		40.09	39.8	1:31.92	2:47.09	11.64	11.4	43.69			5.88	14.78	41.34	48.36	48.35	48.2	186	
185	12.08		40.15	39.9	1:32.11	2:47.54	11.67		43.77	43.5	1.74	5.87	14.71	41.14	48.12	48.44	48.3	185	
184	12.10		40.22		1:32.29	2:47.99	11.70		43.86	43.6		5.85	14.64	40.94	47.89	48.53		184	
183	12.12		40.29	40.0	1:32.48	2:48.45	11.74	11.5	43.94	43.7		5.84	14.57	40.74	47.65	48.62	48.4	183	
182	12.14	11.9	40.36	40.1	1:32.67	2:48.90	11.77		44.03	43.8	1.73	5.83	14.51	40.54	47.42	48.71	48.5	182	
181	12.17		40.43		1:32.86	2:49.36	11.80		44.11	43.9		5.81	14.44	40.34	47.18	48.80	48.6	181	
180	12.19		40.50	40.2	1:33.05	2:49.82	11.83		44.20		1.72	5.80	14.37	40.12	46.95	48.89	48.7	180	
179	12.21		40.57	40.3	1:33.24	2:50.27	11.87	11.6	44.29	44.0		5.78	14.30	39.92	46.71	48.98	48.8	179	
178	12.23		40.64	40.4	1:33.43	2:50.73	11.90		44.37	44.1	1.71	5.77	14.23	39.72	46.48	49.07	48.9	178	
177	12.26	12.0	40.71		1:33.62	2:51.20	11.94	11.7	44.46	44.2		5.76	14.17	39.52	46.24	49.16	49.0	177	
176	12.28		40.78	40.5	1:33.81	2:51.66	11.97		44.55	44.3	1.70	5.74	14.10	39.32	46.00	49.25	49.1	176	
175	12.30		40.85	40.6	1:34.00	2:52.13	12,00		44.63	44.4		5.73	14.03	39.12	45.77	49.34	49.2	175	

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	80pł	80pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 3 kg	dysk 0,75 kg	oszczep 500 g	4x100	4x100 R	Pkt	
174	12.32		40.92		1:34.19	2:52.59	12.04	11.8	44.72	44.5	1.69	5.71	13.96	38.90	45.53	49.43		174	
173	12.34	12.1	40.99	40.7	1:34.39	2:53.06	12.07		44.81	44.6		5.70	13.89	38.70	45.30	49.52	49.3	173	
172	12.37		41.06	40.8	1:34.58	2:53.53	12.10		44.90		1.68	5.68	13.82	38.50	45.06	49.61	49.4	172	
171	12.39		41.13		1:34.77	2:54.00	12.14	11.9	44.99	44.7		5.67	13.76	38.30	44.83	49.70	49.5	171	
170	12.41		41.20	40.9	1:34.97	2:54.47	12.17		45.08	44.8	1.67	5.65	13.69	38.10	44.59	49.80	49.6	170	
169	12.44	12.2	41.27	41.0	1:35.17	2:54.94	12.21		45.17	44.9		5.64	13.62	37.90	44.36	49.89	49.7	169	
168	12.46		41.34	41.1	1:35.36	2:55.42	12.24	12.0	45.26	45.0		5.63	13.55	37.68	44.12	49.98	49.8	168	
167	12.48		41.41		1:35.56	2:55.90	12.28		45.35	45.1	1.66	5.61	13.48	37.48	43.89	50.07	49.9	167	
166	12.50		41.48	41.2	1:35.76	2:56.38	12.31		45.44	45.2		5.60	13.41	37.28	43.65	50.17	50.0	166	
165	12.53		41.55	41.3	1:35.95	2:56.86	12.34	12.1	45.53	45.3	1.65	5.58	13.35	37.08	43.41	50.26	50.1	165	
164	12.55	12.3	41.63		1:36.15	2:57.34	12.38		45.62	45.4		5.57	13.28	36.88	43.18	50.35	50.2	164	
163	12.57		41.70	41.4	1:36.35	2:57.82	12.41		45.72	45.5	1.64	5.55	13.21	36.68	42.94	50.45	50.3	163	
162	12.60		41.77	41.5	1:36.55	2:58.30	12.45	12.2	45.81	45.6		5.54	13.14	36.46	42.71	50.54	50.4	162	
161	12.62		41.84	41.6	1:36.75	2:58.79	12.48		45.90	45.7	1.63	5.52	13.07	36.26	42.47	50.64	50.5	161	
160	12.64	12.4	41.92		1:36.95	2:59.28	12.52		46.00	45.8		5.51	13.01	36.06	42.24	50.73		160	
159	12.67		41.99	41.7	1:37.16	2:59.77	12.55	12.3	46.09		1.62	5.49	12.94	35.86	42.00	50.83	50.6	159	
158	12.69		42.06	41.8	1:37.36	3:00.26	12.59		46.18	45.9		5.48	12.87	35.66	41.77	50.92	50.7	158	
157	12.71		42.13		1:37.56	3:00.75	12.63		46.28	46.0	1.61	5.47	12.80	35.46	41.53	51.02	50.8	157	
156	12.74	12.5	42.21	41.9	1:37.77	3:01.25	12.66	12.4	46.37	46.1		5.45	12.73	35.24	41.30	51.11	50.9	156	
155	12.76		42.28	42.0	1:37.97	3:01.74	12.70		46.47	46.2	1.60	5.44	12.66	35.04	41.06	51.21	51.0	155	
154	12.78		42.36	42.1	1:38.18	3:02.24	12.73		46.57	46.3		5.42	12.60	34.84	40.82	51.31	51.1	154	
153	12.81		42.43		1:38.38	3:02.74	12.77	12.5	46.66	46.4		5.41	12.53	34.64	40.59	51.40	51.2	153	
152	12.83		42.50	42.2	1:38.59	3:03.24	12.80		46.76	46.5	1.59	5.39	12.46	34.44	40.36	51.50	51.3	152	
151	12.86	12.6	42.58	42.3	1:38.80	3:03.75	12.84	12.6	46.86	46.6		5.38	12.39	34.24	40.12	51.60	51.4	151	
150	12.88		42.65	42.4	1:39.01	3:04.25	12.88		46.96	46.7	1.58	5.36	12.32	34.02	39.89	51.69	51.5	150	
149	12.90		42.73		1:39.22	3:04.76	12.91		47.06	46.8		5.35	12.25	33.82	39.66	51.79	51.6	149	
148	12.93		42.80	42.5	1:39.43	3:05.27	12.95	12.7	47.15	46.9	1.57	5.33	12.19	33.62	39.42	51.89	51.7	148	
147	12.95	12.7	42.88	42.6	1:39.64	3:05.78	12.99		47.25	47.0		5.32	12.12	33.42	39.19	51.99	51.8	147	

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	80pł	80pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 3 kg	dysk 0,75 kg	oszczep 500 g	4x100	4x100 R	Pkt	
146	12.98		42.96	42.7	1:39.85	3:06.29	13.02		47.35	47.1	1.56	5.30	12.05	33.22	38.96	52.09	51.9	146	
145	13.00		43.03		1:40.06	3:06.80	13.06	12.8	47.46	47.2		5.29	11.98	33.00	38.72	52.19	52.0	145	
144	13.03		43.11	42.8	1:40.28	3:07.32	13.10		47.56	47.3	1.55	5.27	11.91	32.80	38.49	52.29	52.1	144	
143	13.05	12.8	43.18	42.9	1:40.49	3:07.84	13.13		47.66	47.4		5.26	11.84	32.60	38.25	52.39	52.2	143	
142	13.08		43.26	43.0	1:40.71	3:08.36	13.17	12.9	47.76	47.5	1.54	5.24	11.78	32.40	38.02	52.49	52.3	142	
141	13.10		43.34	43.1	1:40.92	3:08.88	13.21		47.86	47.6		5.23	11.71	32.20	37.79	52.59	52.4	141	
140	13.13		43.42		1:41.14	3:09.41	13.25	13.0	47.97	47.7	1.53	5.21	11.64	31.98	37.55	52.69	52.5	140	
139	13.15	12.9	43.49	43.2	1:41.36	3:09.93	13.28		48.07	47.8		5.20	11.57	31.78	37.32	52.79	52.6	139	
138	13.18		43.57	43.3	1:41.57	3:10.46	13.32		48.18	47.9	1.52	5.18	11.50	31.58	37.09	52.89	52.7	138	
137	13.20		43.65	43.4	1:41.79	3:10.99	13.36	13.1	48.28	48.0		5.17	11.43	31.38	36.85	53.00	52.8	137	
136	13.23		43.73		1:42.01	3:11.53	13.40		48.39	48.1	1.51	5.15	11.37	31.18	36.62	53.10	52.9	136	
135	13.25	13.0	43.81	43.5	1:42.24	3:12.06	13.43		48.49	48.2		5.13	11.30	30.96	36.38	53.20	53.0	135	
134	13.28		43.88	43.6	1:42.46	3:12.60	13.47	13.2	48.60	48.3	1.50	5.12	11.23	30.76	36.15	53.30	53.1	134	
133	13.30		43.96	43.7	1:42.68	3:13.14	13.51		48.71	48.5		5.10	11.16	30.56	35.92	53.41	53.2	133	
132	13.33		44.04	43.8	1:42.90	3:13.68	13.55	13.3	48.82	48.6		5.09	11.09	30.36	35.68	53.51	53.3	132	
131	13.35	13.1	44.12		1:43.13	3:14.22	13.59		48.92	48.7	1.49	5.07	11.02	30.16	35.45	53.62	53.4	131	
130	13.38		44.20	43.9	1:43.35	3:14.77	13.63		49.03	48.8		5.06	10.96	29.94	35.22	53.72	53.5	130	
129	13.40		44.28	44.0	1:43.58	3:15.31	13.66	13.4	49.14	48.9	1.48	5.04	10.89	29.74	34.98	53.83	53.6	129	
128	13.43		44.36	44.1	1:43.81	3:15.86	13.70		49.25	49.0		5.03	10.82	29.54	34.75	53.93	53.7	128	
127	13.46	13.2	44.44	44.2	1:44.04	3:16.42	13.74	13.5	49.36	49.1	1.47	5.01	10.75	29.34	34.51	54.04	53.9	127	
126	13.48		44.52		1:44.27	3:16.97	13.78		49.48	49.2		5.00	10.68	29.14	34.28	54.14	54.0	126	
125	13.51		44.60	44.3	1:44.50	3:17.53	13.82		49.59	49.3	1.46	4.98	10.61	28.92	34.05	54.25	54.1	125	
124	13.54	13.3	44.69	44.4	1:44.73	3:18.09	13.86	13.6	49.70	49.5		4.96	10.55	28.72	33.81	54.36	54.2	124	
123	13.56		44.77	44.5	1:44.96	3:18.65	13.90		49.82	49.6	1.45	4.95	10.48	28.52	33.58	54.46	54.3	123	
122	13.59		44.85	44.6	1:45.19	3:19.22	13.94	13.7	49.93	49.7		4.93	10.41	28.32	33.35	54.57	54.4	122	
121	13.62		44.93		1:45.43	3:19.78	13.98		50.05	49.8	1.44	4.92	10.34	28.12	33.11	54.68	54.5	121	
120	13.64	13.4	45.01	44.7	1:45.66	3:20.35	14.02		50.16	49.9		4.90	10.27	27.90	32.88	54.79	54.6	120	
119	13.67		45.10	44.8	1:45.90	3:20.93	14.06	13.8	50.28	50.0	1.43	4.89	10.20	27.70	32.65	54.90	54.7	119	
118	13.70		45.18	44.9	1:46.14	3:21.50	14.10		50.40	50.2		4.87	10.13	27.50	32.41	55.01	54.8	118	

Zawody dofinansowane ze środków Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu
oraz Województwa Podkarpackiego

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	80pł	80pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 3 kg	dysk 0,75 kg	oszczep 500 g	4x100	4x100 R	Pkt	
117	13.72		45.26	45.0	1:46.38	3:22.08	14.14	13.9	50.51	50.3	1.42	4.85	10.07	27.30	32.18	55.12	54.9	117	
116	13.75	13.5	45.35	45.1	1:46.62	3:22.66	14.18		50.63	50.4		4.84	10.00	27.08	31.94	55.23	55.0	116	
115	13.78		45.43		1:46.86	3:23.24	14.22		50.75	50.5	1.41	4.82	9.93	26.88	31.71	55.34	55.2	115	
114	13.81		45.52	45.2	1:47.10	3:23.83	14.26	14.0	50.87	50.6		4.81	9.86	26.68	31.48	55.45	55.3	114	
113	13.83		45.60	45.3	1:47.34	3:24.42	14.31		50.99	50.7	1.40	4.79	9.79	26.48	31.24	55.56	55.4	113	
112	13.86	13.6	45.69	45.4	1:47.59	3:25.01	14.35	14.1	51.12	50.9		4.77	9.72	26.26	31.01	55.68	55.5	112	
111	13.89		45.77	45.5	1:47.83	3:25.60	14.39		51.24	51.0	1.39	4.76	9.66	26.06	30.78	55.79	55.6	111	
110	13.92		45.86	45.6	1:48.08	3:26.20	14.43		51.36	51.1		4.74	9.59	25.86	30.54	55.90	55.7	110	
109	13.95	13.7	45.95	45.7	1:48.33	3:26.80	14.47	14.2	51.49	51.2	1.38	4.72	9.52	25.66	30.31	56.02	55.8	109	
108	13.97		46.03		1:48.58	3:27.40	14.51		51.61	51.4		4.71	9.45	25.46	30.07	56.13	55.9	108	
107	14.00		46.12	45.8	1:48.83	3:28.01	14.56	14.3	51.74	51.5	1.37	4.69	9.38	25.24	29.84	56.25	56.1	107	
106	14.03		46.21	45.9	1:49.08	3:28.62	14.60		51.87	51.6		4.68	9.31	25.04	29.61	56.36	56.2	106	
105	14.06	13.8	46.29	46.0	1:49.33	3:29.23	14.64	14.4	52.00	51.8	1.36	4.66	9.25	24.84	29.37	56.48	56.3	105	
104	14.09		46.38	46.1	1:49.59	3:29.85	14.68		52.12	51.9		4.64	9.18	24.64	29.14	56.59	56.4	104	
103	14.12		46.47	46.2	1:49.85	3:30.47	14.73		52.25	52.0	1.35	4.63	9.11	24.42	28.91	56.71	56.5	103	
102	14.15	13.9	46.56	46.3	1:50.10	3:31.09	14.77	14.5	52.38	52.1		4.61	9.04	24.22	28.67	56.83	56.6	102	
101	14.18		46.65	46.4	1:50.36	3:31.71	14.81		52.52	52.3	1.34	4.59	8.97	24.02	28.44	56.95	56.8	101	
100	14.21		46.74	46.5	1:50.62	3:32.34	14.86	14.6	52.65	52.4		4.58	8.90	23.82	28.20	57.06	56.9	100	
99	14.23		46.83		1:50.88	3:32.98	14.90		52.78	52.5	1.33	4.56	8.83	23.60	27.97	57.18	57.0	99	
98	14.26	14.0	46.92	46.6	1:51.15	3:33.61	14.95	14.7	52.92	52.7		4.54	8.77	23.40	27.73	57.30	57.1	98	
97	14.29		47.01	46.7	1:51.41	3:34.25	14.99		53.05	52.8	1.32	4.53	8.70	23.20	27.49	57.42	57.2	97	
96	14.32		47.10	46.8	1:51.68	3:34.89	15.03		53.19	52.9		4.51	8.63	23.00	27.25	57.55	57.4	96	
95	14.35	14.1	47.19	46.9	1:51.94	3:35.54	15.08	14.8	53.33	53.1	1.31	4.49	8.56	22.78	27.01	57.67	57.5	95	
94	14.38		47.28	47.0	1:52.21	3:36.19	15.12		53.47	53.2		4.48	8.49	22.58	26.77	57.79	57.6	94	
93	14.41		47.38	47.1	1:52.48	3:36.84	15.17	14.9	53.61	53.4	1.30	4.46	8.42	22.38	26.53	57.91	57.7	93	
92	14.45	14.2	47.47	47.2	1:52.76	3:37.50	15.21		53.75	53.5		4.44	8.35	22.18	26.29	58.04	57.9	92	
91	14.48		47.56	47.3	1:53.03	3:38.16	15.26	15.0	53.89	53.6	1.29	4.43	8.29	21.96	26.06	58.16	58.0	91	
90	14.51		47.66	47.4	1:53.30	3:38.83	15.31		54.03	53.8		4.41	8.22	21.76	25.82	58.28	58.1	90	
89	14.54	14.3	47.75	47.5	1:53.58	3:39.50	15.35	15.1	54.18	53.9	1.28	4.39	8.15	21.56	25.58	58.41	58.2	89	

Zawody dofinansowane ze środków Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu
oraz Województwa Podkarpackiego

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	80pł	80pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 3 kg	dysk 0,75 kg	oszczep 500 g	4x100	4x100 R	Pkt	
88	14.57		47.85	47.6	1:53.86	3:40.17	15.40		54.33	54.1		4.37	8.08	21.36	25.34	58.54	58.4	88	
87	14.60		47.94	47.7	1:54.14	3:40.85	15.45	15.2	54.47	54.2	1.27	4.36	8.01	21.14	25.10	58.66	58.5	87	
86	14.63		48.04	47.8	1:54.42	3:41.53	15.49		54.62	54.4		4.34	7.94	20.94	24.86	58.79	58.6	86	
85	14.66	14.4	48.14	47.9	1:54.71	3:42.22	15.54	15.3	54.77	54.5	1.26	4.32	7.87	20.74	24.62	58.92	58.7	85	
84	14.70		48.23		1:54.99	3:42.91	15.59		54.92	54.7		4.30	7.81	20.52	24.38	59.05	58.9	84	
83	14.73		48.33	48.0	1:55.28	3:43.60	15.63		55.07	54.8	1.25	4.29	7.74	20.32	24.15	59.18	59.0	83	
82	14.76	14.5	48.43	48.1	1:55.57	3:44.30	15.68	15.4	55.23	55.0		4.27	7.67	20.12	23.91	59.31	59.1	82	
81	14.79		48.53	48.2	1:55.86	3:45.01	15.73		55.38	55.1	1.24	4.25	7.60	19.92	23.67	59.44	59.3	81	
80	14.83		48.62	48.3	1:56.16	3:45.72	15.78	15.5	55.54	55.3		4.23	7.53	19.70	23.43	59.57	59.4	80	
79	14.86	14.6	48.72	48.4	1:56.45	3:46.43	15.83		55.70	55.5	1.23	4.22	7.46	19.50	23.19	59.71	59.5	79	
78	14.89		48.82	48.5	1:56.75	3:47.15	15.88	15.6	55.86	55.6		4.20	7.39	19.30	22.95	59.84	59.7	78	
77	14.93		48.93	48.6	1:57.05	3:47.87	15.92		56.02	55.8	1.22	4.18	7.33	19.10	22.71	59.97	59.8	77	
76	14.96	14.7	49.03	48.7	1:57.35	3:48.60	15.97	15.7	56.18	55.9		4.16	7.26	18.88	22.47	60.11	59.9	76	
75	14.99		49.13	48.8	1:57.66	3:49.34	16.02		56.35	56.1	1.21	4.15	7.19	18.68	22.23	60.24	60.1	75	
74	15.03		49.23	48.9	1:57.96	3:50.08	16.07	15.8	56.51	56.3		4.13	7.12	18.48	22.00	60.38	60.2	74	
73	15.06	14.8	49.33	49.0	1:58.27	3:50.82	16.12		56.68	56.4	1.20	4.11	7.05	18.26	21.76	60.52	60.3	73	
72	15.10		49.44	49.2	1:58.58	3:51.57	16.18	15.9	56.85	56.6	1.19	4.09	6.98	18.06	21.52	60.66	60.5	72	
71	15.13		49.54	49.3	1:58.89	3:52.33	16.23		57.02	56.8		4.07	6.91	17.86	21.28	60.80	60.6	71	
70	15.17	14.9	49.65	49.4	1:59.21	3:53.09	16.28	16.0	57.19	56.9	1.18	4.06	6.85	17.64	21.04	60.94	60.8	70	
69	15.20		49.75	49.5	1:59.53	3:53.86	16.33		57.37	57.1		4.04	6.78	17.44	20.80	61.08	60.9	69	
68	15.24	15.0	49.86	49.6	1:59.85	3:54.63	16.38	16.1	57.55	57.3	1.17	4.02	6.71	17.24	20.56	61.22	61.0	68	
67	15.27		49.97	49.7	2:00.17	3:55.41	16.43		57.72	57.5		4.00	6.64	17.04	20.32	61.37	61.2	67	
66	15.31		50.07	49.8	2:00.50	3:56.20	16.49	16.2	57.90	57.7	1.16	3.98	6.57	16.82	20.09	61.51	61.3	66	
65	15.34	15.1	50.18	49.9	2:00.83	3:56.99	16.54	16.3	58.07	57.8		3.96	6.50	16.62	19.85	61.66	61.5	65	
64	15.38		50.29	50.0	2:01.16	3:57.79	16.59		58.29	58.0	1.15	3.94	6.43	16.42	19.61	61.81	61.6	64	
63	15.42		50.40	50.1	2:01.49	3:58.60	16.65	16.4	58.46	58.2		3.93	6.36	16.20	19.37	61.95	61.8	63	
62	15.45	15.2	50.51	50.2	2:01.83	3:59.41	16.70		58.65	58.4	1.14	3.91	6.30	16.00	19.13	62.10	61.9	62	
61	15.49		50.63	50.3	2:02.17	4:00.23	16.76	16.5	58.84	58.6		3.89	6.23	15.80	18.89	62.25	62.1	61	
60	15.53		50.74	50.5	2:02.51	4:01.06	16.81		59.03	58.8	1.13	3.87	6.16	15.58	18.65	62.40	62.2	60	

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	80pł	80pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 3 kg	dysk 0,75 kg	oszczep 500 g	4x100	4x100 R	Pkt	
59	15.57	15.3	50.85	50.6	2:02.86	4:01.90	16.87	16.6	59.23	59.0		3.85	6.09	15.38	18.41	62.56	62.4	59	
58	15.61		50.97	50.7	2:03.21	4:02.74	16.92		59.43	59.2	1.12	3.83	6.02	15.18	18.18	62.71	62.5	58	
57	15.64	15.4	51.08	50.8	2:03.56	4:03.59	16.98	16.7	59.63	59.4		3.81	5.95	14.96	17.94	62.87	62.7	57	
56	15.68		51.20	50.9	2:03.92	4:04.45	17.04	16.8	59.83	59.6	1.11	3.79	5.88	14.76	17.70	63.02	62.8	56	
55	15.72		51.31	51.0	2:04.28	4:05.32	17.09		60.04	59.8	1.10	3.77	5.81	14.56	17.46	63.18	63.0	55	
54	15.76	15.5	51.43	51.1	2:04.64	4:06.19	17.15	16.9	60.25	60.0		3.75	5.75	14.34	17.22	63.34	63.2	54	
53	15.80		51.55	51.3	2:05.01	4:07.08	17.21		60.46	60.2	1.09	3.73	5.68	14.14	16.98	63.50	63.3	53	
52	15.84	15.6	51.67	51.4	2:05.38	4:07.97	17.27	17.0	60.68	60.4		3.71	5.61	13.94	16.74	63.66	63.5	52	
51	15.88		51.79	51.5	2:05.75	4:08.88	17.33		60.90	60.7	1.08	3.69	5.54	13.72	16.50	63.83	63.6	51	
50	15.92		51.91	51.6	2:06.13	4:09.79	17.39	17.1	61.12	60.9		3.67	5.47	13.52	16.26	63.99	63.8	50	
49	15.97	15.7	52.04	51.8	2:06.51	4:10.71	17.45	17.2	61.34	61.1	1.07	3.65	5.40	13.32	16.02	64.16	64.0	49	
48	16.01		52.16	51.9	2:06.90	4:11.64	17.51		61.57	61.3		3.63	5.33	13.10	15.78	64.33	64.1	48	
47	16.05	15.8	52.29	52.0	2:07.29	4:12.59	17.57	17.3	61.80	61.6	1.06	3.61	5.26	12.90	15.54	64.50	64.3	47	
46	16.09		52.41	52.1	2:07.69	4:13.54	17.64	17.4	62.04	61.8	1.05	3.59	5.20	12.70	15.29	64.67	64.5	46	
45	16.14	15.9	52.54	52.3	2:08.09	4:14.51	17.70		62.28	62.0		3.57	5.13	12.48	15.05	64.84	64.7	45	
44	16.18		52.67	52.4	2:08.49	4:15.49	17.76	17.5	62.52	62.3	1.04	3.55	5.06	12.28	14.81	65.02	64.8	44	
43	16.23		52.80	52.5	2:08.90	4:16.48	17.83		62.77	62.5		3.53	4.99	12.06	14.56	65.20	65.0	43	
42	16.27	16.0	52.93	52.6	2:09.32	4:17.48	17.89	17.6	63.02	62.8	1.03	3.51	4.92	11.86	14.32	65.38	65.2	42	
41	16.32		53.06	52.8	2:09.74	4:18.50	17.96	17.7	63.28	63.0		3.49	4.85	11.66	14.08	65.56	65.4	41	
40	16.36	16.1	53.20	52.9	2:10.17	4:19.52	18.02		63.54	63.3	1.02	3.47	4.78	11.44	13.83	65.74	65.6	40	
39	16.41		53.33	53.0	2:10.60	4:20.57	18.09	17.8	63.81	63.6	1.01	3.45	4.71	11.24	13.59	65.93	65.7	39	
38	16.45	16.2	53.47	53.2	2:11.04	4:21.63	18.16	17.9	64.08	63.8		3.42	4.64	11.02	13.35	66.12	65.9	38	
37	16.50		53.61	53.3	2:11.49	4:22.70	18.23		64.36	64.1	1.00	3.40	4.57	10.82	13.11	66.31	66.1	37	
36	16.55	16.3	53.75	53.5	2:11.94	4:23.79	18.30	18.0	64.64	64.4		3.38	4.51	10.62	12.86	66.50	66.3	36	
35	16.60		53.90	53.6	2:12.40	4:24.89	18.37	18.1	64.93	64.7	0.99	3.36	4.44	10.40	12.62	66.70	66.5	35	
34	16.65	16.4	54.04	53.8	2:12.86	4:26.01	18.44	18.2	65.22	65.0		3.34	4.37	10.20	12.38	66.90	66.7	34	
33	16.70		54.19	53.9	2:13.34	4:27.16	18.51		65.52	65.3	0.98	3.31	4.30	9.98	12.13	67.10	66.9	33	
32	16.75	16.5	54.34	54.1	2:13.82	4:28.31	18.59	18.3	65.83	65.6	0.97	3.29	4.23	9.78	11.89	67.30	67.1	32	
31	16.80		54.49	54.2	2:14.31	4:29.49	18.66	18.4	66.15	65.9		3.27	4.16	9.58	11.65	67.51	67.3	31	

Zawody dofinansowane ze środków Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu
oraz Województwa Podkarpackiego

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	80pł	80pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 3 kg	dysk 0,75 kg	oszczep 500 g	4x100	4x100 R	Pkt	
30	16.86	16.6	54.64	54.4	2:14.81	4:30.69	18.74	18.5	66.47	66.2	0.96	3.25	4.09	9.36	11.40	67.72	67.5	30	
29	16.91		54.79	54.5	2:15.31	4:31.92	18.81		66.80	66.6		3.22	4.02	9.16	11.16	67.93	67.7	29	
28	16.96	16.7	54.95	54.7	2:15.83	4:33.16	18.89	18.6	67.14	66.9	0.95	3.20	3.95	8.94	10.92	68.15	68.0	28	
27	17.02		55.11	54.8	2:16.36	4:34.43	18.97	18.7	67.49	67.2	0.94	3.18	3.88	8.74	10.67	68.37	68.2	27	
26	17.08	16.8	55.27	55.0	2:16.90	4:35.72	19.05	18.8	67.85	67.6		3.15	3.82	8.52	10.43	68.60	68.4	26	
25	17.13		55.44	55.2	2:17.45	4:37.05	19.13		68.22	68.0	0.93	3.13	3.75	8.32	10.19	68.83	68.6	25	
24	17.19	16.9	55.61	55.3	2:18.01	4:38.40	19.22	18.9	68.60	68.4		3.10	3.68	8.10	9.95	69.06	68.9	24	
23	17.25	17.0	55.78	55.5	2:18.58	4:39.78	19.30	19.0	68.99	68.6	0.92	3.08	3.61	7.90	9.70	69.30	69.1	23	
22	17.31		55.96	55.7	2:19.17	4:41.20	19.39	19.1	69.39	69.1	0.91	3.06	3.54	7.70	9.46	69.54	69.4	22	
21	17.38	17.1	56.13	55.8	2:19.77	4:42.65	19.48	19.2	69.81	69.6		3.03	3.47	7.48	9.22	69.79	69.6	21	
20	17.44	17.2	56.32	56.0	2:20.39	4:44.13	19.57	19.3	70.25	70.0	0.90	3.00	3.40	7.28	8.97	70.05	69.9	20	
19	17.51		56.50	56.2	2:21.03	4:45.66	19.66	19.4	70.70	70.5		2.98	3.33	7.06	8.73	70.31	70.1	19	
18	17.57	17.3	56.69	56.4	2:21.68	4:47.24	19.76	19.5	71.17	70.9	0.89	2.95	3.26	6.86	8.49	70.58	70.4	18	
17	17.64	17.4	56.89	56.6	2:22.36	4:48.86	19.86	19.6	71.66	71.4	0.88	2.93	3.19	6.64	8.24	70.85	70.7	17	
16	17.71		57.09	56.8	2:23.06	4:50.53	19.96	19.7	71.17	71.9		2.90	3.12	6.44	8.00	71.14	71.0	16	
15	17.79	17.5	57.30	57.0	2:23.78	4:52.27	20.06	19.8	72.70	72.5	0.87	2.87	3.05	6.22	7.76	71.43	71.2	15	
14	17.86	17.6	57.51	57.2	2:24.52	4:54.06	20.17	19.9	73.26	73.0	0.86	2.84	2.98	6.00	7.51	71.73	71.5	14	
13	17.94	17.7	57.73	57.4	2:25.30	4:55.93	20.28	20.0	73.86	73.6		2.82	2.91	5.80	7.27	72.04	71.9	13	
12	18.02		57.96	57.7	2:26.11	4:57.87	20.39	20.1	74.49	74.2	0.85	2.79	2.85	5.58	7.03	72.37	72.2	12	
11	18.11	17.8	58.20	57.9	2:26.96	4:59.91	20.51	20.2	75.15	74.9	0.84	2.76	2.78	5.38	6.79	72.70	72.5	11	
10	18.20	17.9	58.44	58.2	2:27.85	5:02.05	20.64	20.4	75.87	75.6		2.73	2.71	5.16	6.54	73.05	72.9	10	
9	18.29	18.0	58.70	58.4	2:28.80	5:04.31	20.77	20.5	76.64	76.4	0.83	2.70	2.64	4.96	6.30	73.42	73.2	9	
8	18.39	18.1	58.97	58.7	2:29.80	5:06.71	20.90	20.6	77.48	77.2	0.82	2.66	2.57	4.74	6.06	73.81	73.6	8	
7	18.50	18.2	59.26	59.0	2:30.87	5:09.28	21.05	20.8	78.40	78.2	0.81	2.63	2.50	4.52	5.81	74.23	74.0	7	
6	18.61	18.3	59.56	59.3	2:32.03	5:12.05	21.20	20.9	79.42	79.2		2.59	2.43	4.32	5.57	74.67	74.5	6	
5	18.73	18.4	59.89	59.6	2:33.30	5:15.09	21.37	21.1	80.58	80.3	0.80	2.56	2.36	4.10	5.33	75.15	75.0	5	
4	18.87	18.6	60.25	60.0	2:34.72	5:18.48	21.55	21.3	81.93	81.7	0.79	2.52	2.29	3.88	5.08	75.68	75.5	4	
3	19.02	18.7	60.65	60.4	2:36.34	5:22.37	21.76	21.5	83.56	83.3	0.78	2.48	2.22	3.66	4.84	76.28	76.1	3	
2	19.20	18.9	61.12	60.8	2:38.30	5:27.06	22.00	21.7	85.66	85.4		2.43	2.15	3.46	4.60	76.98	76.8	2	
1	19.44	19.2	61.72	61.4	2:40.92	5:33.30	22.31	22.0	88.79	88.5	0.77	2.38	2.08	3.24	4.36	77.89	77.7	1	

LEKKOATLETYCZNE TABELY PUNKTOWE - CHŁOPCY

• Igrzyska Młodzieży Szkolnej - Szkolna drużynowa liga lekkoatletyczna R - pomiar ręczny

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	2000m	110pł	110pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 5 kg	dysk 1 kg	oszczep 600 g	4x100	4x100 R	Pkt	
Powyżej 200 pkt.	1 pkt. za 0,03 s		1 pkt. za 0,1 s		1 pkt. za 0,15 s	1 pkt. za 0,25 s		1 pkt. za 0,04 s		1 pkt. za 0,02 s		3 pkt. za 1 cm	1 pkt. za 2 cm	1 pkt. za 10 cm	1 pkt. za 40cm	1 pkt. za 40cm	1 pkt. za 0,1 s		Powyżej 200 pkt.	
200	10.74	10.5	34.49	34.2	1:19.28	2:28.63	5:30.45	14.23	13.9	37.65	37.4	2.06	7.11	16.99	64.16	66.78	43.57	43.4	200	
199	10.76		34.56	34.3	1:19.46	2:28.92	5:31.13	14.27	14.0	37.74	37.5	2.05	7.09	16.92	63.86	66.46	43.66	43.5	199	
198	10.78		34.63		1:19.64	2:29.20	5:31.82	14.31		37.83	37.6		7.08	16.85	63.58	66.16	43.75	43.6	198	
197	10.79		34.69	34.4	1:19.83	2:29.49	5:32.52	14.35	14.1	37.92	37.7	2.04	7.06	16.78	63.28	65.86	43.84	43.7	197	
196	10.81		34.76	34.5	1:20.01	2:29.78	5:33.21	14.40		38.00	37.8		7.05	16.70	62.98	65.56	43.93		196	
195	10.83		34.83		1:20.20	2:30.07	5:33.91	14.44	14.2	38.09		2.03	7.03	16.63	62.68	65.26	44.02	43.8	195	
194	10.85	10.6	34.89	34.6	1:20.38	2:30.36	5:34.61	14.48		38.18	37.9		7.01	16.56	62.38	64.96	44.12	43.9	194	
193	10.87		34.96	34.7	1:20.57	2:30.65	5:35.31	14.52		38.27	38.0	2.02	7.00	16.48	62.08	64.66	44.21	44.0	193	
192	10.89		35.03		1:20.76	2:30.94	5:36.01	14.56	14.3	38.36	38.1		6.98	16.41	61.78	64.36	44.30	44.1	192	
191	10.91		35.10	34.8	1:20.94	2:31.23	5:36.71	14.60		38.45	38.2	2.01	6.97	16.34	61.50	64.06	44.39	44.2	191	
190	10.93		35.16	34.9	1:21.13	2:31.53	5:37.42	14.65	14.4	38.54	38.3		6.95	16.27	61.20	63.74	44.48	44.3	190	
189	10.94	10.7	35.23		1:21.32	2:31.82	5:38.13	14.69		38.63	38.4	2.00	6.94	16.19	60.90	63.44	44.57	44.4	189	
188	10.96		35.30	35.0	1:21.51	2:32.12	5:38.85	14.73		38.72	38.5	1.99	6.92	16.12	60.60	63.14	44.67	44.5	188	
187	10.98		35.37	35.1	1:21.70	2:32.41	5:39.56	14.77	14.5	38.81	38.6		6.90	16.05	60.30	62.84	44.76	44.6	187	
186	11.00		35.44	35.2	1:21.89	2:32.71	5:40.28	14.82		38.90	38.7	1.98	6.89	15.97	60.00	62.54	44.85	44.7	186	
185	11.02		35.51		1:22.08	2:33.01	5:41.00	14.86	14.6	38.99			6.87	15.90	59.70	62.24	44.95	44.8	185	
184	11.04	10.8	35.57	35.3	1:22.27	2:33.31	5:41.72	14.90		39.08	38.8	1.97	6.86	15.83	59.40	61.94	45.04	44.9	184	
183	11.06		35.64	35.4	1:22.46	2:33.61	5:42.44	14.94	14.7	39.17	38.9		6.84	15.75	59.12	61.62	45.13		183	
182	11.08		35.71		1:22.65	2:33.91	5:43.17	14.99		39.27	39.0	1.96	6.82	15.68	58.82	61.32	45.23	45.0	182	
181	11.10		35.78	35.5	1:22.84	2:34.22	5:43.90	15.03		39.36	39.1		6.81	15.61	58.52	61.02	45.32	45.1	181	
180	11.12		35.85	35.6	1:23.04	2:34.52	5:44.63	15.07	14.8	39.45	39.2	1.95	6.79	15.54	58.22	60.72	45.41	45.2	180	
179	11.14	10.9	35.92		1:23.23	2:34.82	5:45.37	15.12		39.55	39.3	1.94	6.78	15.46	57.92	60.42	45.51	45.3	179	
178	11.16		35.99	35.7	1:23.42	2:35.13	5:46.11	15.16	14.9	39.64	39.4		6.76	15.39	57.62	60.12	45.60	45.4	178	
177	11.18		36.06	35.8	1:23.62	2:35.44	5:46.85	15.20		39.73	39.5	1.93	6.74	15.32	57.32	59.80	45.70	45.5	177	
176	11.20		36.13		1:23.81	2:35.75	5:47.59	15.25	15.0	39.83	39.6		6.73	15.24	57.02	59.50	45.80	45.6	176	
175	11.22		36.20	35.9	1:24.01	2:36.05	5:48.33	15.29		39.92	39.7	1.92	6.71	15.17	56.72	59.20	45.89	45.7	175	

Zawody dofinansowane ze środków Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu
oraz Województwa Podkarpackiego

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	2000m	110pł	110pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 5 kg	dysk 1 kg	oszczep 600 g	4x100	4x100 R	Pkt	
174	11.24	11.0	36.27	36.0	1:24.20	2:36.36	5:49.08	15.34	15.1	40.02	39.8		6.69	15.10	56.44	58.90	45.99	45.8	174	
173	11.26		36.34	36.1	1:24.40	2:36.68	5:49.83	15.38		40.11	39.9	1.91	6.68	15.02	56.14	58.60	46.08	45.9	173	
172	11.28		36.42		1:24.60	2:36.99	5:50.58	15.42		40.21	40.0		6.66	14.95	55.84	58.30	46.18	46.0	172	
171	11.30		36.49	36.2	1:24.80	2:37.30	5:51.34	15.47	15.2	40.31	40.1	1.90	6.65	14.88	55.54	58.00	46.28	46.1	171	
170	11.31		36.56	36.3	1:25.00	2:37.62	5:52.10	15.51		40.40	40.2	1.89	6.63	14.80	55.24	57.68	46.37	46.2	170	
169	11.34	11.1	36.63		1:25.19	2:37.93	5:52.86	15.56	15.3	40.50	40.3		6.61	14.73	54.94	57.38	46.47	46.3	169	
168	11.36		36.70	36.4	1:25.39	2:38.25	5:53.63	15.60		40.60	40.4	1.88	6.60	14.66	54.64	57.08	46.57	46.4	168	
167	11.38		36.77	36.5	1:25.59	2:38.57	5:54.39	15.64	15.4	40.70	40.5		6.58	14.59	54.34	56.78	46.67	46.5	167	
166	11.40		36.85	36.6	1:25.79	2:38.89	5:55.16	15.69		40.80	40.6	1.87	6.56	14.51	54.04	56.48	46.76	46.6	166	
165	11.42		36.92		1:26.00	2:39.21	5:55.94	15.73		40.90	40.7		6.55	14.44	53.74	56.18	46.86	46.7	165	
164	11.44	11.2	36.99	36.7	1:26.20	2:39.53	5:56.71	15.78	15.5	41.00	40.8	1.86	6.53	14.37	53.44	55.86	46.96	46.8	164	
163	11.46		37.06	36.8	1:26.40	2:39.85	5:57.49	15.82		41.10	40.9		6.51	14.29	53.16	55.56	47.06	46.9	163	
162	11.48		37.14	36.9	1:26.60	2:40.18	5:58.27	15.87	15.6	41.20	41.0	1.85	6.50	14.22	52.86	55.26	47.16	47.0	162	
161	11.50		37.21		1:26.81	2:40.50	5:59.06	15.92		41.30	41.1	1.84	6.48	14.15	52.56	54.96	47.26	47.1	161	
160	11.52		37.28	37.0	1:27.01	2:40.83	5:59.85	15.96	15.7	41.40	41.2		6.46	14.07	52.26	54.66	47.36	47.2	160	
159	11.54	11.3	37.36	37.1	1:27.22	2:41.16	6:00.64	16.01		41.50	41.3	1.83	6.45	14.00	51.96	54.34	47.46	47.3	159	
158	11.56		37.43		1:27.42	2:41.49	6:01.43	16.05	15.8	41.60	41.4		6.43	13.93	51.66	54.04	47.56	47.4	158	
157	11.58		37.51	37.2	1:27.63	2:41.82	6:02.23	16.10		41.70	41.5	1.82	6.41	13.85	51.36	53.74	47.66	47.5	157	
156	11.60		37.58	37.3	1:27.84	2:42.15	6:03.03	16.14	15.9	41.81	41.6		6.40	13.78	51.06	53.44	47.76	47.6	156	
155	11.62		37.66	37.4	1:28.04	2:42.48	6:03.84	16.19		41.91	41.7	1.81	6.38	13.71	50.76	53.14	47.87	47.7	155	
154	11.64	11.4	37.73		1:28.25	2:42.82	6:04.64	16.24	16.0	42.01	41.8		6.36	13.63	50.46	52.82	47.97	47.8	154	
153	11.66		37.81	37.5	1:28.46	2:43.16	6:05.45	16.28		42.12	41.9	1.80	6.35	13.56	50.16	52.52	48.07	47.9	153	
152	11.69		37.88	37.6	1:28.67	2:43.49	6:06.27	16.33		42.22	42.0	1.79	6.33	13.49	49.86	52.22	48.17	48.0	152	
151	11.71		37.96	37.7	1:28.88	2:43.83	6:07.09	16.38	16.1	42.33	42.1		6.31	13.41	49.56	51.92	48.28	48.1	151	
150	11.73		38.03		1:29.09	2:44.17	6:07.91	16.42		42.43	42.2	1.78	6.30	13.34	49.26	51.62	48.38	48.2	150	
149	11.75	11.5	38.11	37.8	1:29.31	2:44.51	6:08.73	16.47	16.2	42.54	42.3		6.28	13.27	48.96	51.30	48.48	48.3	149	
148	11.77		38.18	37.9	1:29.52	2:44.86	6:09.56	16.52		42.65	42.4	1.77	6.26	13.19	48.66	51.00	48.59	48.4	148	
147	11.79		38.26	38.0	1:29.73	2:45.20	6:10.39	16.56	16.3	42.75	42.5		6.24	13.12	48.36	50.70	48.69	48.5	147	
146	11.81		38.34	38.1	1:29.95	2:45.55	6:11.23	16.61		42.86	42.6	1.76	6.23	13.05	48.06	50.40	48.80	48.6	146	

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	2000m	110pł	110pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 5 kg	dysk 1 kg	oszczep 600 g	4x100	4x100 R	Pkt	
145	11.84	11.6	38.42		1:30.16	2:45.90	6:12.06	16.66	16.4	42.97	42.7	1.75	6.21	12.97	47.76	50.10	48.90	48.7	145	
144	11.86		38.49	38.2	1:30.38	2:46.24	6:12.91	16.71		43.08	42.8		6.19	12.90	47.46	49.78	49.01	48.8	144	
143	11.88		38.57	38.3	1:30.59	2:46.59	6:13.75	16.75	16.5	43.19	42.9	1.74	6.17	12.83	47.16	49.48	49.11	48.9	143	
142	11.90		38.65	38.4	1:30.81	2:46.95	6:14.60	16.80		43.30	43.1		6.16	12.75	46.86	49.18	49.22	49.0	142	
141	11.92		38.73		1:31.03	2:47.30	6:15.45	16.85	16.6	43.41	43.2	1.73	6.14	12.68	46.56	48.88	49.32	49.1	141	
140	11.94	11.7	38.81	38.5	1:31.25	2:47.66	6:16.31	16.90		43.52	43.3	1.72	6.12	12.60	46.26	48.56	49.43	49.2	140	
139	11.97		38.88	38.6	1:31.47	2:48.01	6:17.17	16.95	16.7	43.63	43.4		6.11	12.53	45.96	48.26	49.54	49.4	139	
138	11.99		38.96	38.7	1:31.69	2:48.37	6:18.04	17.00		43.74	43.5	1.71	6.09	12.46	45.66	47.96	49.65	49.5	138	
137	12.01		39.04	38.8	1:31.91	2:48.73	6:18.91	17.04	16.8	43.86	43.6		6.07	12.38	45.36	47.66	49.75	49.6	137	
136	12.03		39.12		1:32.13	2:49.09	6:19.78	17.09		43.97	43.7	1.70	6.05	12.31	45.06	47.34	49.86	49.7	136	
135	12.06	11.8	39.20	38.9	1:32.35	2:49.46	6:20.66	17.14	16.9	44.09	43.8		6.03	12.24	44.76	47.04	49.97	49.8	135	
134	12.08		39.28	39.0	1:32.58	2:49.82	6:21.54	17.19		44.20	44.0	1.69	6.02	12.16	44.46	46.74	50.08	49.9	134	
133	12.10		39.36	39.1	1:32.80	2:50.19	6:22.42	17.24	17.0	44.31	44.1	1.68	6.00	12.09	44.16	46.44	50.19	50.0	133	
132	12.12		39.44	39.2	1:33.03	2:50.56	6:23.31	17.29		44.43	44.2		5.98	12.02	43.86	46.14	50.30	50.1	132	
131	12.15	11.9	39.52		1:33.25	2:50.93	6:24.20	17.34	17.1	44.55	44.3	1.67	5.96	11.94	43.56	45.82	50.41	50.2	131	
130	12.17		39.60	39.3	1:33.48	2:51.30	6:25.10	17.39		44.66	44.4		5.95	11.87	43.26	45.52	50.52	50.3	130	
129	12.19		39.69	39.4	1:33.71	2:51.67	6:26.00	17.44	17.2	44.78	44.5	1.66	5.93	11.80	42.96	45.22	50.63	50.4	129	
128	12.21		39.77	39.5	1:33.94	2:52.05	6:26.91	17.49		44.90	44.7		5.91	11.72	42.66	44.90	50.74	50.6	128	
127	12.24	12.0	39.85	39.6	1:34.16	2:52.42	6:27.82	17.54	17.3	45.02	44.8	1.65	5.89	11.65	42.36	44.60	50.86	50.7	127	
126	12.26		39.93		1:34.40	2:52.80	6:28.74	17.59		45.14	44.9	1.64	5.87	11.57	42.06	44.30	50.97	50.8	126	
125	12.28		40.02	39.7	1:34.63	2:53.18	6:29.66	17.64	17.4	45.26	45.0		5.86	11.50	41.76	44.00	51.08	50.9	125	
124	12.31		40.10	39.8	1:34.86	2:53.57	6:30.58	17.69		45.38	45.1	1.63	5.84	11.43	41.46	43.68	51.19	51.0	124	
123	12.33		40.18	39.9	1:35.09	2:53.95	6:31.51	17.74	17.5	45.50	45.3		5.82	11.35	41.16	43.38	51.31	51.1	123	
122	12.35	12.1	40.27	40.0	1:35.33	2:54.34	6:32.44	17.79		45.62	45.4	1.62	5.80	11.28	40.86	43.08	51.42	51.2	122	
121	12.38		40.35	40.1	1:35.56	2:54.73	6:33.38	17.85	17.6	45.75	45.5	1.61	5.78	11.20	40.56	42.78	51.54	51.4	121	
120	12.40		40.43		1:35.80	2:55.12	6:34.33	17.90		45.87	45.7		5.77	11.13	40.26	42.46	51.65	51.5	120	
119	12.42		40.52	40.2	1:36.04	2:55.51	6:35.28	17.95	17.7	46.00	45.8	1.60	5.75	11.06	39.96	42.16	51.77	51.6	119	
118	12.45	12.2	40.60	40.3	1:36.27	2:55.91	6:36.23	18.00		46.12	45.9		5.73	10.98	39.66	41.86	51.88	51.7	118	
117	12.47		40.69	40.4	1:36.51	2:56.30	6:37.19	18.05	17.8	46.25	46.0	1.59	5.71	10.91	39.36	41.54	52.00	51.8	117	

Zawody dofinansowane ze środków Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu
oraz Województwa Podkarpackiego

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	2000m	110pł	110pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 5 kg	dysk 1 kg	oszczep 600 g	4x100	4x100 R	Pkt	
116	12.50		40.78	40.5	1:36.75	2:56.70	6:38.15	18.11		46.37	46.1	1.58	5.69	10.84	39.06	41.24	52.12	51.9	116	
115	12.52		40.86	40.6	1:37.00	2:57.10	6:39.12	18.16	17.9	46.50	46.3		5.67	10.76	38.74	40.94	52.24	52.1	115	
114	12.55	12.3	40.95	40.7	1:37.24	2:57.51	6:40.10	18.21		46.63	46.4	1.57	5.65	10.69	38.44	40.64	52.35	52.2	114	
113	12.57		41.04	40.8	1:37.48	2:57.91	6:41.08	18.26	18.0	46.76	46.5		5.64	10.61	38.14	40.32	52.47	52.3	113	
112	12.59		41.12		1:37.73	2:58.32	6:42.06	18.32		46.89	46.6	1.56	5.62	10.54	37.84	40.02	52.59	52.4	112	
111	12.62		41.21	40.9	1:37.97	2:58.73	6:43.05	18.37	18.1	47.02	46.8	1.55	5.60	10.47	37.54	39.72	52.71	52.5	111	
110	12.64	12.4	41.30	41.0	1:38.22	2:59.14	6:44.05	18.42		47.15	46.9		5.58	10.39	37.24	39.40	52.83	52.6	110	
109	12.67		41.39	41.1	1:38.47	2:59.56	6:45.05	18.48	18.2	47.28	47.0	1.54	5.56	10.32	36.94	39.10	52.95	52.8	109	
108	12.69		41.48	41.2	1:38.71	2:59.98	6:46.06	18.53		47.42	47.2		5.54	10.24	36.64	38.80	53.07	52.9	108	
107	12.72		41.57	41.3	1:38.97	3:00.40	6:47.08	18.59	18.3	47.55	47.3	1.53	5.52	10.17	36.34	38.48	53.20	53.0	107	
106	12.74	12.5	41.65	41.4	1:39.22	3:00.82	6:48.10	18.64	18.4	47.68	47.4	1.52	5.50	10.09	36.04	38.18	53.32	53.1	106	
105	12.77		41.74	41.5	1:39.47	3:01.24	6:49.12	18.69		47.82	47.6		5.48	10.02	35.72	37.88	53.44	53.3	105	
104	12.79		41.84	41.6	1:39.72	3:01.67	6:50.15	18.75	18.5	47.96	47.7	1.51	5.46	9.95	35.42	37.58	53.56	53.4	104	
103	12.82		41.93		1:39.98	3:02.10	6:51.19	18.81		48.09	47.8		5.45	9.87	35.12	37.26	53.69	53.5	103	
102	12.85	12.6	42.02	41.7	1:40.23	3:02.53	6:52.24	18.86	18.6	48.23	48.0	1.50	5.43	9.80	34.82	36.96	53.81	53.6	102	
101	12.87		42.11	41.8	1:40.49	3:02.97	6:53.29	18.92		48.37	48.1	1.49	5.41	9.72	34.52	36.66	53.94	53.8	101	
100	12.90		42.20	41.9	1:40.75	3:03.41	6:54.35	18.97	18.7	48.51	48.1		5.39	9.65	34.22	36.34	54.07	53.9	100	
99	12.92		42.29	42.0	1:41.01	3:03.85	6:55.41	19.03		48.66	48.4	1.48	5.37	9.58	33.92	36.04	54.19	54.0	99	
98	12.95	12.7	42.39	42.1	1:41.27	3:04.29	6:56.48	19.08	18.8	48.80	48.6		5.35	9.50	33.60	35.74	54.32	54.1	98	
97	12.98		42.48	42.2	1:41.54	3:04.73	6:57.56	19.14	18.9	48.94	48.7	1.47	5.33	9.43	33.30	35.42	54.45	54.3	97	
96	13.00		42.57	42.3	1:41.80	3:05.18	6:58.65	19.20		49.09	48.8	1.46	5.31	9.35	33.00	35.12	54.58	54.4	96	
95	13.03		42.67	42.4	1:42.07	3:05.64	6:59.74	19.26	19.0	49.23	49.0		5.29	9.28	32.70	34.80	54.71	54.5	95	
94	13.06	12.8	42.76	42.5	1:42.33	3:06.09	7:00.84	19.31		49.38	49.1	1.45	5.27	9.20	32.40	34.50	54.84	54.7	94	
93	13.08		42.86	42.6	1:42.60	3:06.55	7:01.95	19.37	19.1	49.53	49.2		5.25	9.13	32.10	34.20	54.97	54.8	93	
92	13.11		42.96	42.7	1:42.87	3:07.01	7:03.06	19.43		49.68	49.4	1.44	5.23	9.06	31.78	33.88	55.10	54.9	92	
91	13.14	12.9	43.05	42.8	1:43.14	3:07.47	7:04.18	19.49	19.2	49.83	49.6	1.43	5.21	8.98	31.48	33.58	55.23	55.0	91	
90	13.16		43.15	42.9	1:43.41	3:07.94	7:05.31	19.55	19.3	49.98	49.7		5.19	8.91	31.18	33.28	55.36	55.2	90	
89	13.19		43.25	43.0	1:43.69	3:08.41	7:06.45	19.60		50.13	49.8	1.42	5.17	8.83	30.88	32.96	55.50	55.3	89	
88	13.22		43.34	43.1	1:43.97	3:08.88	7:07.60	19.66	19.4	50.28	50.0	1.41	5.15	8.76	30.58	32.66	55.63	55.4	88	

Zawody dofinansowane ze środków Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu
oraz Województwa Podkarpackiego

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	2000m	110pł	110pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 5 kg	dysk 1 kg	oszczep 600 g	4x100	4x100 R	Pkt	
87	13.25	13.0	43.44	43.2	1:44.24	3:09.36	7:08.75	19.72		50.44	50.2		5.13	8.68	30.26	32.36	55.76	55.6	87	
86	13.27		43.54	43.3	1:44.52	3:09.84	7:09.91	19.78	19.5	50.59	50.3	1.40	5.11	8.61	29.96	32.04	55.90	55.7	86	
85	13.30		43.64	43.4	1:44.80	3:10.33	7:11.08	19.84	19.6	50.75	50.5		5.09	8.53	29.66	31.74	56.04	55.9	85	
84	13.33		43.74	43.5	1:45.09	3:10.81	7:12.26	19.90		50.91	50.7	1.39	5.07	8.46	29.36	31.42	56.17	56.0	84	
83	13.36	13.1	43.84	43.6	1:45.37	3:11.31	7:13.45	19.96	19.7	51.07	50.8	1.38	5.05	8.38	29.06	31.12	56.31	56.1	83	
82	13.39		43.94	43.7	1:45.66	3:11.80	7:14.65	20.02		51.23	51.0		5.03	8.31	28.74	30.82	56.45	56.3	82	
81	13.42		44.05	43.8	1:45.94	3:12.30	7:15.86	20.09	19.8	51.40	51.2	1.37	5.00	8.23	28.44	30.50	56.59	56.4	81	
80	13.45	13.2	44.15	43.9	1:46.23	3:12.80	7:17.07	20.15	19.9	51.56	51.3	1.36	4.98	8.16	28.14	30.20	56.73	56.5	80	
79	13.47		44.25	44.0	1:46.52	3:13.31	7:18.30	20.21		51.73	51.5		4.96	8.09	27.84	29.88	56.87	56.7	79	
78	13.50		44.35	44.1	1:46.82	3:13.82	7:19.53	20.27	20.0	51.89	51.6	1.35	4.94	8.01	27.52	29.58	57.01	56.8	78	
77	13.53		44.46	44.2	1:47.11	3:14.33	7:20.78	20.33		52.06	51.8	1.34	4.92	7.94	27.22	29.26	57.16	57.0	77	
76	13.56	13.3	44.56	44.3	1:47.41	3:14.85	7:22.04	20.40	20.1	52.23	52.0		4.90	7.86	26.92	28.96	57.30	57.1	76	
75	13.59		44.67	44.4	1:47.71	3:15.38	7:23.30	20.46	20.2	52.40	52.2	1.33	4.88	7.79	26.62	28.66	57.45	57.3	75	
74	13.62		44.78	44.5	1:48.01	3:15.90	7:24.58	20.52		52.58	52.3		4.86	7.71	26.30	28.34	57.59	57.4	74	
73	13.65	13.4	44.88	44.6	1:48.31	3:16.44	7:25.87	20.59	20.3	52.75	52.5	1.32	4.84	7.64	26.00	28.04	57.74	57.6	73	
72	13.68		44.99	44.7	1:48.62	3:16.97	7:27.17	20.65	20.4	52.93	52.7	1.31	4.81	7.56	25.70	27.72	57.89	57.7	72	
71	13.71		45.10	44.8	1:48.92	3:17.51	7:28.48	20.72		53.11	52.9		4.79	7.49	25.38	27.42	58.04	57.9	71	
70	13.74	13.5	45.21	44.9	1:49.23	3:18.06	7:29.80	20.78	20.5	53.29	53.0	1.30	4.77	7.41	25.08	27.10	58.19	58.0	70	
69	13.78		45.32	45.0	1:49.55	3:18.61	7:31.13	20.85	20.6	53.47	53.2	1.29	4.75	7.34	24.78	26.80	58.34	58.2	69	
68	13.81		45.43	45.1	1:49.86	3:19.17	7:32.48	20.92		53.66	53.4		4.73	7.26	24.46	26.50	58.49	58.3	68	
67	13.84	13.6	45.54	45.3	1:50.18	3:19.73	7:33.84	20.98	20.7	53.84	53.6	1.28	4.70	7.19	24.16	26.18	58.64	58.5	67	
66	13.87		45.65	45.4	1:50.49	3:20.29	7:35.21	21.05	20.8	54.03	53.8	1.27	4.68	7.11	23.86	25.88	58.80	58.6	66	
65	13.90		45.77	45.5	1:50.82	3:20.86	7:36.59	21.12		54.22	54.0		4.66	7.04	23.56	25.56	58.95	58.8	65	
64	13.93		45.88	45.6	1:51.14	3:21.44	7:37.99	21.18	20.9	54.41	54.2	1.26	4.64	6.96	23.24	25.26	59.11	58.9	64	
63	13.97	13.7	46.00	45.7	1:51.46	3:22.02	7:39.40	21.25	21.0	54.61	54.4	1.25	4.61	6.89	22.94	24.94	59.27	59.1	63	
62	14.00		46.11	45.8	1:51.79	3:22.61	7:40.83	21.32		54.80	54.6		4.59	6.81	22.62	24.64	59.43	59.2	62	
61	14.03		46.23	45.9	1:52.13	3:23.21	7:42.27	21.39	21.1	55.00	54.8	1.24	4.57	6.73	22.32	24.32	59.59	59.4	61	
60	14.07	13.8	46.35	46.1	1:52.46	3:23.81	7:43.72	21.46	21.2	55.20	55.0	1.23	4.55	6.66	22.02	24.02	59.75	59.6	60	
59	14.10		46.46	46.2	1:52.80	3:24.41	7:45.20	21.53		55.40	55.2		4.52	6.58	21.70	23.70	59.91	59.7	59	

Zawody dofinansowane ze środków Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu
oraz Województwa Podkarpackiego

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	2000m	110pł	110pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 5 kg	dysk 1 kg	oszczep 600 g	4x100	4x100 R	Pkt	
58	14.13		46.58	46.3	1:53.14	3:25.03	7:46.68	21.60	21.3	55.61	55.4	1.22	4.50	6.51	21.40	23.40	60.08	59.9	58	
57	14.17	13.9	46.70	46.4	1:53.48	3:25.65	7:48.18	21.67	21.4	55.81	55.6	1.21	4.48	6.43	21.10	23.08	60.25	60.1	57	
56	14.20		46.83	46.5	1:53.82	3:26.27	7:49.70	21.75	21.5	56.03	55.8		4.45	6.36	20.78	22.78	60.41	60.2	56	
55	14.24	14.0	46.95	46.7	1:54.17	3:26.91	7:51.24	21.82		56.24	56.0	1.20	4.43	6.28	20.48	22.46	60.58	60.4	55	
54	14.27		47.07	46.8	1:54.53	3:27.55	7:52.79	21.89	21.6	56.46	56.2	1.19	4.41	6.21	20.16	22.16	60.75	60.6	54	
53	14.31		47.20	46.9	1:54.88	3:28.20	7:54.37	21.97	21.7	56.68	56.4		4.38	6.13	19.86	21.84	60.92	60.7	53	
52	14.34	14.1	47.32	47.0	1:55.24	3:28.85	7:55.96	22.04	21.8	56.90	56.7	1.18	4.36	6.06	19.54	21.52	61.10	60.9	52	
51	14.38		47.45	47.2	1:55.60	3:29.52	7:57.57	22.12		57.12	56.9	1.17	4.33	5.98	19.24	21.22	61.27	61.1	51	
50	14.41		47.58	47.3	1:55.97	3:30.19	7:59.20	22.19	21.9	57.35	57.1		4.31	5.90	18.94	20.90	61.45	61.3	50	
49	14.45	14.2	47.71	47.4	1:56.34	3:30.87	8:00.85	22.27	22.0	57.58	57.3	1.16	4.29	5.83	18.62	20.60	61.63	61.4	49	
48	14.49		47.84	47.6	1:56.71	3:31.56	8:02.52	22.34	22.1	57.82	57.6	1.15	4.26	5.75	18.32	20.28	61.81	61.6	48	
47	14.53		47.97	47.7	1:57.09	3:32.26	8:04.22	22.42		58.06	57.8		4.24	5.68	18.00	19.98	61.99	61.8	47	
46	14.56	14.3	48.10	47.8	1:57.47	3:32.97	8:05.93	22.50	22.2	58.30	58.1	1.14	4.21	5.60	17.70	19.66	62.18	62.0	46	
45	14.60		48.24	48.0	1:57.86	3:33.68	8:07.67	22.58	22.3	58.54	58.3	1.13	4.19	5.52	17.38	19.34	62.36	62.2	45	
44	14.64	14.4	48.38	48.1	1:58.25	3:34.41	8:09.44	22.66	22.4	58.79	58.5		4.16	5.45	17.08	19.04	62.55	62.4	44	
43	14.68		48.51	48.2	1:58.64	3:35.15	8:11.23	22.74	22.5	59.05	58.8	1.12	4.14	5.37	16.76	18.72	62.74	62.6	43	
42	14.72		48.65	48.4	1:59.04	3:35.90	8:13.05	22.82		59.30	59.1	1.11	4.11	5.30	16.46	18.42	62.93	62.7	42	
41	14.76	14.5	48.79	48.5	1:59.44	3:36.66	8:14.89	22.91	22.6	59.57	59.3	1.10	4.08	5.22	16.14	18.10	63.13	62.9	41	
40	14.80		48.94	48.7	1:59.85	3:37.43	8:16.77	22.99	22.7	59.83	59.6		4.06	5.14	15.84	17.78	63.33	63.1	40	
39	14.84	14.6	49.08	48.8	2:00.27	3:38.21	8:18.67	23.07	22.8	60.10	59.9	1.09	4.03	5.07	15.52	17.48	63.53	63.3	39	
38	14.88		49.23	48.9	2:00.69	3:39.01	8:20.60	23.16	22.9	60.38	60.1	1.08	4.00	4.99	15.20	17.16	63.73	63.5	38	
37	14.92		49.38	49.1	2:01.11	3:39.82	8:22.57	23.25	23.0	60.66	60.4		3.98	4.92	14.90	16.84	63.93	63.7	37	
36	14.97	14.7	49.53	49.2	2:01.54	3:40.64	8:24.57	23.33		60.95	60.7	1.07	3.95	4.84	14.58	16.54	64.14	64.0	36	
35	15.01		49.68	49.4	2:01.98	3:41.48	8:26.60	23.42	23.1	61.24	61.0	1.06	3.92	4.76	14.28	16.22	64.35	64.2	35	
34	15.05	14.8	49.83	49.5	2:02.42	3:42.33	8:28.67	23.51	23.2	61.54	61.3	1.05	3.90	4.69	13.96	15.90	64.56	64.4	34	
33	15.10		49.99	49.7	2:02.87	3:43.20	8:30.78	23.60	23.3	61.84	61.6		3.87	4.61	13.64	15.60	64.78	64.6	33	
32	15.14	14.9	50.15	49.9	2:03.33	3:44.08	8:32.93	23.69	23.4	62.15	61.9	1.04	3.84	4.53	13.34	15.28	65.00	64.8	32	
31	15.19		50.31	50.0	2:03.80	3:44.99	8:35.13	23.79	23.5	62.47	62.2	1.03	3.81	4.46	13.02	14.96	65.22	65.0	31	
30	15.23		50.47	50.2	2:04.27	3:45.91	8:37.37	23.88	23.6	62.79	62.5	1.02	3.78	4.38	12.70	14.66	65.45	65.3	30	

Pkt	100m	100m R	300m	300m R	600m	1000m	2000m	110pł	110pł R	300pł	300pł R	wzwyż	w dal	kula 5 kg	dysk 1 kg	oszczep 600 g	4x100	4x100 R	Pkt	
29	15.28	15.0	50.64	50.4	2:04.75	3:46.85	8:39.65	23.98	23.7	63.13	62.9		3.75	4.30	12.40	14.34	65.68	65.5	29	
28	15.33		50.81	50.5	2:05.23	3:47.81	8:41.99	24.07	23.8	63.47	63.2	1.01	3.72	4.23	12.08	14.02	65.92	65.7	28	
27	15.38	15.1	50.98	50.7	2:05.73	3:48.79	8:44.38	24.17	23.9	63.82	63.6	1.00	3.70	4.15	11.76	13.70	66.16	66.0	27	
26	15.43		51.15	50.9	2:06.24	3:49.79	8:46.82	24.27	24.0	64.18	63.9	0.99	3.67	4.07	11.44	13.40	66.40	66.2	26	
25	15.48	15.2	51.33	51.0	2:06.75	3:50.82	8:49.33	24.38	24.1	64.55	64.3		3.64	3.99	11.14	13.08	66.65	66.5	25	
24	15.53		51.51	51.2	2:07.28	3:51.88	8:51.90	24.48	24.2	64.92	64.7	0.98	3.60	3.92	10.82	12.76	66.90	66.7	24	
23	15.58	15.3	51.70	51.4	2:07.82	3:52.96	8:54.53	24.59	24.3	65.31	65.1	0.97	3.57	3.84	10.50	12.44	67.16	67.0	23	
22	15.64	15.4	51.89	51.6	2:08.37	3:54.07	8:57.24	24.70	24.4	65.72	65.5	0.96	3.54	3.76	10.18	12.12	67.42	67.2	22	
21	15.69		52.08	51.8	2:08.93	3:55.22	9:00.03	24.81	24.5	66.13	65.9		3.51	3.68	9.86	11.80	67.69	67.5	21	
20	15.75	15.5	52.28	52.0	2:09.51	3:56.40	9:02.91	24.92	24.6	66.56	66.3	0.95	3.48	3.61	9.56	11.50	67.97	67.8	20	
19	15.81		52.48	52.2	2:10.10	3:57.61	9:05.87	25.03	24.7	67.01	66.8	0.94	3.44	3.53	9.24	11.18	68.25	68.1	19	
18	15.87	15.6	52.69	52.4	2:10.71	3:58.87	9:08.94	25.15	24.9	67.47	67.2	0.93	3.41	3.45	8.92	10.86	68.54	68.4	18	
17	15.93		52.90	52.6	2:11.33	4:00.17	9:12.11	25.27	25.0	67.95	67.7	0.92	3.38	3.37	8.60	10.54	68.84	68.7	17	
16	15.99	15.7	53.12	52.8	2:11.97	4:01.52	9:15.40	25.40	25.1	68.45	68.2	0.91	3.34	3.29	8.28	10.22	69.15	69.0	16	
15	16.06	15.8	53.35	53.1	2:12.64	4:02.93	9:18.83	25.52	25.2	68.97	68.7		3.31	3.22	7.96	9.90	69.46	69.3	15	
14	16.12		53.58	53.3	2:13.32	4:04.39	9:22.40	25.66	25.4	69.52	69.3	0.90	3.27	3.14	7.64	9.58	69.79	69.6	14	
13	16.19	15.9	53.83	53.5	2:14.03	4:05.92	9:26.14	25.79	25.5	70.10	69.9	0.89	3.23	3.06	7.32	9.26	70.13	69.9	13	
12	16.26	16.0	54.08	53.8	2:14.77	4:07.53	9:30.06	25.93	25.6	70.71	70.5	0.88	3.19	2.98	7.00	8.94	70.48	70.3	12	
11	16.34	16.1	54.34	54.1	2:15.54	4:09.22	9:34.19	26.08	25.8	71.35	71.1	0.87	3.15	2.90	6.68	8.62	70.85	70.7	11	
10	16.42		54.61	54.3	2:16.35	4:11.01	9:38.57	26.23	25.9	72.04	71.8	0.86	3.11	2.82	6.34	8.30	71.23	71.0	10	
9	16.50	16.2	54.90	54.6	2:17.20	4:12.91	9:43.23	26.39	26.1	72.78	72.5	0.85	3.07	2.74	6.02	7.98	71.64	71.5	9	
8	16.59	16.3	55.20	54.9	2:18.10	4:14.96	9:48.23	26.55	26.3	73.58	73.3	0.84	3.03	2.66	5.70	7.66	72.06	71.9	8	
7	16.68	16.4	55.52	55.2	2:19.05	4:17.16	9:53.64	26.73	26.4	74.45	74.2		2.98	2.58	5.38	7.32	72.52	72.3	7	
6	16.78	16.5	55.87	55.6	2:20.08	4:19.58	9:59.56	26.92	26.6	75.42	75.2	0.83	2.94	2.50	5.04	7.00	73.00	72.8	6	
5	16.89	16.6	56.24	56.0	2:21.20	4:22.26	10:06.14	27.12	26.8	76.50	76.3	0.82	2.89	2.42	4.72	6.68	73.53	73.3	5	
4	17.01	16.7	56.65	56.4	2:22.44	4:25.30	10:13.61	27.34	27.1	77.75	77.5	0.81	2.83	2.34	4.38	6.36	74.12	73.9	4	
3	17.14	16.9	57.11	56.8	2:23.84	4:28.87	10:22.36	27.58	27.3	79.25	79.0	0.79	2.77	2.26	4.04	6.02	74.78	74.6	3	
2	17.30	17.0	57.66	57.4	2:25.51	4:33.27	10:33.22	27.87	27.6	81.15	80.9	0.78	2.71	2.18	3.70	5.70	75.56	75.4	2	
1	17.51	17.2	58.37	58.1	2:27.69	4:39.41	10:48.38	28.23	27.9	83.91	83.7	0.77	2.63	2.09	3.36	5.36	76.58	76.4	1	

LEKKOATLETYCZNE TABELY PUNKTOWE - DZIEWCZĘTA

• Licealiada - Szkolna liga lekkoatletyczna

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (4 kg)	RD (1 kg)	RO (600 g)	PK (3 kg)	RO (500 g)	Pkt
powyżej 200 pkt	1 pkt za 0,02 s	1 pkt za 0,02 s	1 pkt za 0,09 s	1 pkt za 0,16 s	1 pkt za 0,16 s	1 pkt. za 0,1 s	4 pkt za 1 cm	1 pkt za 2 cm	1 pkt za 9 cm	1 pkt za 34 cm	1 pkt za 30 cm	1 pkt za 10 cm	1 pkt za 30 cm	powyżej 200 pkt
200	11.26	22.96	51.46	2:00.16	4:04.95	44.61		6.68	18.78	62.70	62.58	19.73	61.40	200
199	11.28	22.98	51.55	2:00.32	4:05.36	44.69	1.93	6.66	18.69	62.36	62.26	19.67	61.20	199
198	11.30	23.00	51.64	2:00.49	4:05.77	44.77		6.65	18.59	62.02	61.94	19.61	61.00	198
197	11.31	23.01	51.72	2:00.66	4:06.18	44.84		6.63	18.50	61.68	61.64	19.55	60.80	197
196	11.33	23.03	51.81	2:00.83	4:06.59	44.92		6.62	18.40	61.34	61.32	19.49	60.60	196
195	11.35	23.05	51.90	2:01.00	4:07.00	45.00	1.92	6.60	18.30	61.00	61.00	19.43	60.40	195
194	11.36	23.08	51.97	2:01.15	4:07.37	45.06		6.59	18.22	60.70	60.72	19.37	60.20	194
193	11.38	23.11	52.05	2:01.30	4:07.74	45.13		6.58	18.13	60.40	60.44	19.31	60.00	193
192	11.39	23.14	52.13	2:01.46	4:08.11	45.20		6.57	18.04	60.10	60.16	19.25	59.80	192
191	11.41	23.18	52.21	2:01.61	4:08.48	45.27	1.91	6.55	17.96	59.80	59.88	19.20	59.62	191
190	11.42	23.21	52.29	2:01.76	4:08.85	45.34		6.54	17.87	59.48	59.60	19.15	59.44	190
189	11.44	23.24	52.36	2:01.91	4:09.22	45.41		6.53	17.78	59.18	59.32	19.10	59.25	189
188	11.45	23.27	52.44	2:02.07	4:09.59	45.48		6.51	17.70	58.88	59.04	19.05	59.07	188
187	11.47	23.31	52.52	2:02.22	4:09.96	45.55	1.90	6.50	17.61	58.58	58.74	19.00	58.88	187
186	11.48	23.34	52.60	2:02.37	4:10.33	45.62		6.49	17.52	58.28	58.46	18.94	58.70	186
185	11.50	23.37	52.68	2:02.52	4:10.70	45.69		6.47	17.44	57.96	58.18	18.89	58.51	185
184	11.51	23.40	52.76	2:02.67	4:11.07	45.76		6.46	17.35	57.66	57.90	18.84	58.33	184
183	11.53	23.44	52.83	2:02.83	4:11.43	45.83	1.89	6.45	17.26	57.36	57.62	18.79	58.14	183
182	11.54	23.47	52.91	2:02.98	4:11.80	45.90		6.44	17.17	57.06	57.34	18.74	57.96	182
181	11.56	23.50	52.99	2:03.13	4:12.17	45.97		6.42	17.09	56.74	57.06	18.68	57.77	181
180	11.57	23.53	53.07	2:03.28	4:12.54	46.04		6.41	17.00	56.44	56.78	18.63	57.59	180
179	11.59	23.57	53.15	2:03.43	4:12.91	46.11	1.88	6.40	16.91	56.14	56.48	18.58	57.40	179
178	11.60	23.60	53.23	2:03.59	4:13.28	46.18		6.38	16.83	55.84	56.20	18.53	57.22	178
177	11.62	23.63	53.30	2:03.74	4:13.65	46.25		6.37	16.74	55.54	55.92	18.48	57.04	177
176	11.63	23.66	53.38	2:03.89	4:14.02	46.32		6.36	16.65	55.22	55.64	18.42	56.85	176
175	11.65	23.70	53.46	2:04.04	4:14.39	46.39	1.87	6.30	16.30	54.92	55.36	18.37	56.67	175
174	11.66	23.73	53.54	2:04.20	4:14.76	46.46		6.33	16.48	54.62	55.08	18.32	56.48	174
173	11.70	23.80	53.62	2:04.35	4:15.13	46.53		6.32	16.39	54.32	54.80	18.27	56.30	173

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (4 kg)	RD (1 kg)	RO (600 g)	PK (3 kg)	RO (500 g)	Pkt
172	11.70	23.80	53.70	2:04.50	4:15.50	46.60	1.86	6.30	16.30	54.00	54.50	18.22	56.11	172
171	11.72	23.84	53.80	2:04.73	4:15.98	46.69		6.29	16.19	53.62	54.12	18.16	55.93	171
170	11.74	23.89	53.90	2:04.95	4:16.45	46.78	1.85	6.27	16.08	53.24	53.74	18.11	55.74	170
169	11.76	23.93	54.00	2:05.18	4:16.93	46.87		6.25	15.96	52.86	53.36	18.06	55.56	169
168	11.78	23.98	54.10	2:05.41	4:17.41	46.96	1.84	6.23	15.85	52.46	52.96	18.01	55.37	168
167	11.80	24.02	54.20	2:05.64	4:17.89	47.05		6.21	15.74	52.08	52.58	17.96	55.19	167
166	11.82	24.07	54.30	2:05.86	4:18.36	47.14	1.83	6.20	15.62	51.70	52.20	17.90	55.00	166
165	11.84	24.11	54.40	2:06.09	4:18.84	47.23		6.18	15.51	51.30	51.80	17.75	54.70	165
164	11.86	24.16	54.50	2:06.32	4:19.32	47.32	1.82	6.16	15.40	50.92	51.42	17.60	54.39	164
163	11.88	24.20	54.60	2:06.55	4:19.80	47.41		6.14	15.28	50.54	51.04	17.45	54.08	163
162	11.90	24.25	54.70	2:06.77	4:20.27	47.50	1.81	6.12	15.17	50.14	50.64	17.30	53.77	162
161	11.92	24.30	54.80	2:07.00	4:20.75	47.60	1.80	6.10	15.05	49.76	50.26	17.15	53.47	161
160	11.94	24.34	54.90	2:07.23	4:21.23	47.69		6.09	14.94	49.38	49.88	17.00	53.16	160
159	11.96	24.39	55.00	2:07.45	4:21.70	47.78	1.79	6.07	14.83	48.98	49.48	16.85	52.85	159
158	11.98	24.43	55.10	2:07.68	4:22.18	47.87		6.05	14.71	48.60	49.10	16.70	52.54	158
157	12.00	24.48	55.20	2:07.91	4:22.66	47.96	1.78	6.03	14.60	48.22	48.72	16.55	52.24	157
156	12.02	24.52	55.30	2:08.14	4:23.14	48.05		6.01	14.49	47.82	48.32	16.40	51.93	156
155	12.04	24.57	55.40	2:08.36	4:23.61	48.14	1.77	6.00	14.37	47.44	47.94	16.25	51.62	155
154	12.06	24.61	55.50	2:08.59	4:24.09	48.23		5.98	14.26	47.06	47.56	16.10	51.31	154
153	12.08	24.66	55.60	2:08.82	4:24.57	48.32	1.76	5.96	14.15	46.66	47.16	15.95	51.00	153
152	12.10	24.70	55.70	2:09.05	4:25.05	48.41		5.94	14.03	46.28	46.78	15.80	50.70	152
151	12.12	24.75	55.80	2:09.27	4:25.52	48.50	1.75	5.92	13.92	45.90	46.40	15.65	50.39	151
150	12.15	24.80	55.90	2:09.50	4:26.00	48.60	1.74	5.90	13.80	45.50	46.00	15.50	50.08	150
149	12.17	24.85	56.00	2:09.77	4:26.60	48.71		5.89	13.71	45.14	45.80	15.35	49.77	149
148	12.19	24.90	56.11	2:10.05	4:27.20	48.82		5.87	13.62	44.76	45.60	15.20	49.47	148
147	12.21	24.95	56.21	2:10.32	4:27.80	48.93	1.73	5.86	13.53	44.38	45.40	15.05	49.16	147
146	12.24	25.00	56.32	2:10.60	4:28.40	49.04		5.84	13.44	44.00	45.20	14.90	48.85	146
145	12.26	25.05	56.42	2:10.87	4:29.00	49.15	1.72	5.83	13.35	43.64	45.00	14.75	48.54	145
144	12.28	25.10	56.53	2:11.15	4:29.60	49.26		5.81	13.26	43.26	44.80	14.60	48.24	144
143	12.30	25.15	56.63	2:11.42	4:30.20	49.37	1.71	5.80	13.17	42.88	44.60	14.45	47.93	143
142	12.33	25.20	56.74	2:11.70	4:30.80	49.48		5.78	13.08	42.50	44.40	14.30	47.62	142
141	12.35	25.25	56.84	2:11.97	4:31.40	49.59	1.70	5.77	12.99	42.14	44.20	14.15	47.31	141

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (4 kg)	RD (1 kg)	RO (600 g)	PK (3 kg)	RO (500 g)	Pkt
140	12.37	25.30	56.95	2:12.25	4:32.00	49.70		5.75	12.90	41.76	44.00	14.00	47.00	140
139	12.39	25.35	57.05	2:12.52	4:32.60	49.81		5.74	12.81	41.38	43.80	13.95	46.77	139
138	12.42	25.40	57.16	2:12.80	4:33.20	49.92	1.69	5.72	12.72	41.00	43.60	13.90	46.53	138
137	12.44	25.45	57.26	2:13.07	4:33.80	50.03		5.71	12.63	40.64	43.40	13.85	46.30	137
136	12.46	25.50	57.37	2:13.35	4:34.40	50.14	1.68	5.69	12.54	40.26	43.20	13.80	46.06	136
135	12.48	25.55	57.47	2:13.62	4:35.00	50.25		5.68	12.45	39.88	43.00	13.75	45.83	135
134	12.51	25.60	57.58	2:13.90	4:35.60	50.36	1.67	5.66	12.36	39.50	42.80	13.70	45.59	134
133	12.53	25.65	57.68	2:14.17	4:36.20	50.47		5.65	12.27	39.14	42.60	13.65	45.36	133
132	12.55	25.70	57.79	2:14.45	4:36.80	50.58	1.66	5.63	12.18	38.76	42.40	13.60	45.12	132
131	12.57	25.75	57.89	2:14.72	4:37.40	50.69		5.62	12.09	38.38	42.20	13.55	44.89	131
130	12.60	25.80	58.00	2:15.00	4:38.00	50.80	1.65	5.60	12.00	38.00	42.00	13.50	44.65	130
129	12.62	25.85	58.12	2:15.35	4:38.70	50.91		5.59	11.91	37.76	41.70	13.45	44.42	129
128	12.64	25.90	58.25	2:15.70	4:39.40	51.02		5.58	11.82	37.50	41.40	13.40	44.18	128
127	12.66	25.95	58.37	2:16.05	4:40.10	51.13	1.64	5.57	11.73	37.26	41.10	13.35	43.95	127
126	12.69	26.00	58.50	2:16.40	4:40.80	51.24		5.55	11.64	37.00	40.80	13.30	43.71	126
125	12.71	26.05	58.62	2:16.75	4:41.50	51.35		5.54	11.55	36.76	40.50	13.25	43.48	125
124	12.73	26.10	58.75	2:17.10	4:42.20	51.46	1.63	5.53	11.46	36.50	40.20	13.20	43.24	124
123	12.75	26.15	58.87	2:17.45	4:42.90	51.57		5.52	11.37	36.26	39.90	13.15	43.01	123
122	12.78	26.20	59.00	2:17.80	4:43.60	51.68		5.50	11.28	36.00	39.60	13.10	42.77	122
121	12.80	26.25	59.12	2:18.15	4:44.30	51.79	1.62	5.49	11.19	35.76	39.30	13.05	42.54	121
120	12.82	26.30	59.25	2:18.50	4:45.00	51.90		5.48	11.10	35.50	39.00	13.00	42.30	120
119	12.84	26.35	59.37	2:18.85	4:45.70	52.01		5.47	11.01	35.26	38.70	12.92	42.07	119
118	12.87	26.40	59.50	2:19.20	4:46.40	52.12	1.61	5.45	10.92	35.00	38.40	12.83	41.84	118
117	12.89	26.45	59.62	2:19.55	4:47.10	52.23		5.44	10.83	34.76	38.10	12.74	41.61	117
116	12.91	26.50	59.75	2:19.90	4:47.80	52.34		5.43	10.74	34.50	37.80	12.66	41.38	116
115	12.93	26.55	59.87	2:20.25	4:48.50	52.45	1.60	5.42	10.65	34.26	37.50	12.57	41.15	115
114	12.96	26.60	60.00	2:20.60	4:49.20	52.56		5.40	10.56	34.00	37.20	12.48	40.92	114
113	12.98	26.65	60.12	2:20.95	4:49.90	52.67		5.39	10.47	33.76	36.90	12.40	40.69	113
112	13.00	26.70	60.25	2:21.30	4:50.60	52.78	1.59	5.38	10.38	33.50	36.60	12.31	40.46	112
111	13.02	26.75	60.37	2:21.65	4:51.30	52.89		5.37	10.29	33.26	36.30	12.22	40.23	111
110	13.05	26.80	60.50	2:22.00	4:52.00	53.00	1.58	5.35	10.20	33.00	36.00	12.14	40.00	110
109	13.07	26.86	60.63	2:22.33	4:52.44	53.12		5.34	10.14	32.74	35.82	12.05	39.77	109

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (4 kg)	RD (1 kg)	RO (600 g)	PK (3 kg)	RO (500 g)	Pkt
108	13.10	26.93	60.77	2:22.67	4:52.89	53.24		5.33	10.07	32.46	35.62	11.96	39.54	108
107	13.12	27.00	60.91	2:23.00	4:53.33	53.36	1.57	5.32	10.00	32.18	35.42	11.87	39.31	107
106	13.15	27.06	61.05	2:23.33	4:53.78	53.48		5.31	9.94	31.90	35.24	11.79	39.08	106
105	13.17	27.13	61.19	2:23.67	4:54.22	53.61	1.56	5.30	9.87	31.62	35.04	11.70	38.85	105
104	13.20	27.20	61.33	2:24.00	4:54.67	53.73		5.29	9.80	31.34	34.84	11.61	38.62	104
103	13.22	27.26	61.47	2:24.33	4:55.11	53.85	1.55	5.28	9.74	31.06	34.64	11.53	38.39	103
102	13.25	27.33	61.61	2:24.67	4:55.56	53.97		5.27	9.67	30.78	34.46	11.44	38.16	102
101	13.27	27.40	61.75	2:25.00	4:56.00	54.10	1.54	5.25	9.60	30.50	34.26	11.35	37.93	101
100	13.30	27.46	61.88	2:25.33	4:56.44	54.22		5.24	9.54	30.24	34.06	11.27	37.70	100
99	13.32	27.53	62.02	2:25.67	4:56.89	54.34		5.23	9.47	29.96	33.88	11.18	37.47	99
98	13.35	27.60	62.16	2:26.00	4:57.33	54.46	1.53	5.22	9.40	29.68	33.68	11.09	37.24	98
97	13.37	27.66	62.30	2:26.33	4:57.78	54.58		5.21	9.34	29.40	33.48	11.00	37.00	97
96	13.40	27.73	62.44	2:26.67	4:58.22	54.71	1.52	5.20	9.27	29.12	33.28	10.93	36.69	96
95	13.42	27.80	62.58	2:27.00	4:58.67	54.83		5.19	9.20	28.84	33.10	10.85	36.38	95
94	13.45	27.86	62.72	2:27.33	4:59.11	54.95	1.51	5.18	9.14	28.56	32.90	10.78	36.07	94
93	13.47	27.93	62.86	2:27.67	4:59.56	55.07		5.17	9.07	28.28	32.70	10.70	35.75	93
92	13.50	28.00	63.00	2:28.00	5:00.00	55.20	1.50	5.15	9.00	28.00	32.50	10.63	35.44	92
91	13.52	28.08	63.14	2:28.35	5:01.06	55.36		5.14	8.95	27.78	32.24	10.55	35.13	91
90	13.55	28.17	63.29	2:28.71	5:02.12	55.52		5.13	8.89	27.54	31.98	10.48	34.82	90
89	13.58	28.26	63.44	2:29.06	5:03.18	55.69		5.11	8.83	27.30	31.72	10.40	34.50	89
88	13.61	28.35	63.58	2:29.41	5:04.24	55.85	1.49	5.10	8.77	27.06	31.46	10.33	34.19	88
87	13.64	28.44	63.73	2:29.76	5:05.29	56.02		5.08	8.71	26.84	31.18	10.25	33.88	87
86	13.67	28.52	63.88	2:30.12	5:06.35	56.18		5.07	8.65	26.60	30.92	10.18	33.57	86
85	13.70	28.61	64.02	2:30.47	5:07.41	56.35	1.48	5.05	8.59	26.36	30.66	10.10	33.25	85
84	13.73	28.70	64.17	2:30.82	5:08.47	56.51		5.04	8.53	26.12	30.40	10.03	32.94	84
83	13.76	28.79	64.32	2:31.18	5:09.53	56.68		5.02	8.48	25.90	30.12	9.95	32.63	83
82	13.79	28.88	64.47	2:31.53	5:10.59	56.84		5.01	8.42	25.66	29.86	9.88	32.32	82
81	13.82	28.97	64.61	2:31.88	5:11.65	57.01	1.47	4.99	8.36	25.42	29.60	9.80	32.00	81
80	13.85	29.05	64.76	2:32.24	5:12.71	57.17		4.98	8.30	25.18	29.34	9.72	31.70	80
79	13.88	29.14	64.91	2:32.59	5:13.76	57.34		4.96	8.24	24.96	29.06	9.64	31.39	79
78	13.91	29.23	65.05	2:32.94	5:14.82	57.50	1.46	4.95	8.18	24.72	28.80	9.55	31.08	78
77	13.94	29.32	65.20	2:33.29	5:15.88	57.67		4.93	8.12	24.48	28.54	9.47	30.77	77

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (4 kg)	RD (1 kg)	RO (600 g)	PK (3 kg)	RO (500 g)	Pkt
76	13.97	29.41	65.35	2:33.65	5:16.94	57.83		4.92	8.06	24.24	28.28	9.38	30.47	76
75	14.00	29.50	65.50	2:34.00	5:18.00	58.00	1.45	4.90	8.00	24.00	28.00	9.30	30.16	75
74	14.05	29.62	65.82	2:34.99	5:20.16	58.24		4.87	7.93	23.76	27.72	9.21	29.85	74
73	14.10	29.75	66.15	2:35.98	5:22.32	58.48	1.44	4.84	7.86	23.52	27.44	9.13	29.54	73
72	14.16	29.87	66.48	2:36.97	5:24.48	58.72	1.43	4.81	7.78	23.28	27.16	9.04	29.24	72
71	14.21	30.00	66.80	2:37.96	5:26.64	58.96	1.42	4.78	7.71	23.04	26.88	8.96	28.93	71
70	14.26	30.12	67.13	2:38.95	5:28.80	59.20	1.42	4.75	7.63	22.80	26.60	8.87	28.62	70
69	14.32	30.25	67.46	2:39.95	5:30.96	59.44	1.41	4.72	7.56	22.56	26.32	8.79	28.31	69
68	14.37	30.37	67.78	2:40.94	5:33.12	59.68	1.40	4.69	7.48	22.32	26.04	8.70	28.00	68
67	14.42	30.50	68.11	2:41.93	5:35.28	59.92	1.39	4.66	7.41	22.08	25.74	8.62	27.70	67
66	14.48	30.63	68.44	2:42.92	5:37.44	60.16	1.38	4.63	7.33	21.84	25.46	8.54	27.39	66
65	14.53	30.75	68.76	2:43.91	5:39.60	60.40		4.60	7.26	21.60	25.18	8.45	27.08	65
64	14.58	30.88	69.09	2:44.90	5:41.76	60.64	1.37	4.57	7.18	21.36	24.90	8.37	26.77	64
63	14.64	31.00	69.42	2:45.89	5:43.92	60.88	1.36	4.54	7.11	21.12	24.62	8.28	26.47	63
62	14.69	31.13	69.74	2:46.88	5:46.08	61.12	1.35	4.51	7.03	20.88	24.34	8.20	26.16	62
61	14.74	31.25	70.07	2:47.87	5:48.24	61.36	1.34	4.48	6.96	20.64	24.06	8.11	25.85	61
60	14.80	31.38	70.40	2:48.86	5:50.40	61.60		4.45	6.88	20.40	23.76	8.03	25.54	60
59	14.85	31.50	70.72	2:49.85	5:52.56	61.84	1.33	4.42	6.81	20.16	23.48	7.94	25.24	59
58	14.90	31.63	71.05	2:50.85	5:54.72	62.08	1.32	4.39	6.74	19.92	23.20	7.86	24.93	58
57	14.96	31.76	71.38	2:51.84	5:56.88	62.32	1.31	4.36	6.66	19.68	22.92	7.77	24.62	57
56	15.01	31.88	71.70	2:52.83	5:59.04	62.56		4.33	6.59	19.44	22.64	7.69	24.31	56
55	15.06	32.01	72.03	2:53.82	6:01.20	62.80	1.30	4.30	6.51	19.20	22.36	7.60	24.00	55
54	15.12	32.13	72.36	2:54.81	6:03.36	63.04	1.29	4.27	6.44	18.96	22.08	7.52	23.70	54
53	15.17	32.26	72.68	2:55.80	6:05.52	63.28	1.28	4.24	6.36	18.72	21.80	7.44	23.39	53
52	15.22	32.38	73.01	2:56.79	6:07.68	63.52	1.27	4.21	6.29	18.48	21.50	7.35	23.08	52
51	15.28	32.51	73.34	2:57.78	6:09.84	63.76		4.18	6.21	18.24	21.22	7.27	22.77	51
50	15.33	32.64	73.66	2:58.77	6:12.00	64.00	1.26	4.15	6.14	18.00	20.94	7.18	22.47	50
49	15.38	32.76	73.99	2:59.76	6:14.16	64.24	1.25	4.12	6.06	17.76	20.66	7.10	22.16	49
48	15.44	32.89	74.32	3:00.76	6:16.32	64.48	1.24	4.09	5.99	17.52	20.38	7.01	21.85	48
47	15.49	33.01	74.64	3:01.75	6:18.48	64.72	1.23	4.06	5.91	17.28	20.10	6.93	21.54	47
46	15.54	33.14	74.97	3:02.74	6:20.64	64.96		4.03	5.84	17.04	19.82	6.84	21.24	46
45	15.60	33.26	75.30	3:03.73	6:22.80	65.20	1.22	4.00	5.76	16.80	19.52	6.76	20.93	45

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (4 kg)	RD (1 kg)	RO (600 g)	PK (3 kg)	RO (500 g)	Pkt
44	15.65	33.39	75.62	3:04.72	6:24.96	65.44	1.21	3.97	5.69	16.56	19.24	6.67	20.62	44
43	15.70	33.51	75.95	3:05.71	6:27.12	65.68	1.20	3.94	5.62	16.32	18.96	6.59	20.31	43
42	15.76	33.64	76.28	3:06.70	6:29.28	65.92		3.91	5.54	16.08	18.68	6.50	20.00	42
41	15.81	33.77	76.60	3:07.69	6:31.44	66.16	1.19	3.88	5.47	15.84	18.40	6.42	19.70	41
40	15.86	33.89	76.93	3:08.68	6:33.60	66.40	1.18	3.85	5.39	15.60	18.12	6.34	19.39	40
39	15.92	34.02	77.26	3:09.67	6:35.76	66.64	1.17	3.82	5.32	15.36	17.84	6.25	19.08	39
38	15.97	34.14	77.58	3:10.66	6:37.92	66.88	1.16	3.79	5.24	15.12	17.56	6.17	18.77	38
37	16.02	34.27	77.91	3:11.66	6:40.08	67.12		3.75	5.17	14.88	17.26	6.08	18.47	37
36	16.08	34.39	78.24	3:12.65	6:42.24	67.36	1.15	3.72	5.09	14.64	16.98	6.00	18.16	36
35	16.13	34.52	78.56	3:13.64	6:44.40	67.60	1.14	3.69	5.02	14.40	16.70	5.91	17.85	35
34	16.18	34.64	78.89	3:14.63	6:46.56	67.84	1.13	3.66	4.94	14.16	16.42	5.83	17.54	34
33	16.24	34.77	79.22	3:15.62	6:48.72	68.08	1.12	3.63	4.87	13.92	16.14	5.74	17.24	33
32	16.29	34.90	79.54	3:16.61	6:50.88	68.32		3.60	4.79	13.68	15.86	5.66	16.93	32
31	16.34	35.02	79.87	3:17.60	6:53.04	68.56	1.11	3.57	4.72	13.44	15.58	5.57	16.62	31
30	16.40	35.15	80.20	3:18.59	6:55.20	68.80	1.10	3.54	4.64	13.20	15.28	5.49	16.31	30
29	16.45	35.27	80.52	3:19.58	6:57.36	69.04	1.09	3.51	4.57	12.96	15.00	5.40	16.00	29
28	16.50	35.40	80.85	3:20.57	6:59.52	69.28		3.48	4.50	12.72	14.72	5.32	15.70	28
27	16.56	35.52	81.18	3:21.56	7:01.68	69.52	1.08	3.45	4.42	12.48	14.44	5.24	15.39	27
26	16.61	35.65	81.50	3:22.56	7:03.84	69.76	1.07	3.42	4.35	12.24	14.16	5.15	15.08	26
25	16.66	35.78	81.83	3:23.55	7:06.00	70.00	1.06	3.39	4.27	12.00	13.88	5.07	14.77	25
24	16.72	35.90	82.16	3:24.54	7:08.16	70.24	1.05	3.36	4.20	11.76	13.60	4.98	14.47	24
23	16.77	36.03	82.48	3:25.53	7:10.32	70.48	1.05	3.33	4.12	11.52	13.32	4.90	14.16	23
22	16.82	36.15	82.81	3:26.52	7:12.48	70.72	1.04	3.30	4.05	11.28	13.02	4.81	13.85	22
21	16.88	36.28	83.14	3:27.51	7:14.64	70.96	1.03	3.27	3.97	11.04	12.74	4.73	13.54	21
20	16.93	36.40	83.46	3:28.50	7:16.80	71.20	1.02	3.24	3.90	10.80	12.46	4.64	13.24	20
19	16.98	36.53	83.79	3:29.49	7:18.96	71.44	1.01	3.21	3.82	10.56	12.18	4.56	12.93	19
18	17.04	36.65	84.12	3:30.48	7:21.12	71.68		3.18	3.75	10.32	11.90	4.47	12.62	18
17	17.09	36.78	84.44	3:31.47	7:23.28	71.92	1.00	3.15	3.67	10.08	11.62	4.39	12.31	17
16	17.14	36.91	84.77	3:32.47	7:25.44	72.16	0.99	3.12	3.60	9.84	11.34	4.30	12.00	16
15	17.20	37.03	85.10	3:33.46	7:27.60	72.40	0.98	3.09	3.52	9.60	11.04	4.22	11.70	15
14	17.25	37.16	85.42	3:34.45	7:29.76	72.64		3.06	3.45	9.36	10.76	4.14	11.39	14
13	17.30	37.28	85.75	3:35.44	7:31.92	72.88	0.97	3.03	3.38	9.12	10.48	4.05	11.08	13

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (4 kg)	RD (1 kg)	RO (600 g)	PK (3 kg)	RO (500 g)	Pkt
12	17.36	37.41	86.08	3:36.43	7:34.08	73.12	0.96	3.00	3.30	8.88	10.20	3.97	10.77	12
11	17.41	37.53	86.40	3:37.42	7:36.24	73.36	0.95	2.97	3.23	8.64	9.92	3.88	10.47	11
10	17.46	37.66	86.73	3:38.41	7:38.40	73.60	0.94	2.94	3.15	8.40	9.64	3.80	10.16	10
9	17.52	37.78	87.06	3:39.40	7:40.56	73.84		2.91	3.08	8.16	9.36	3.71	9.85	9
8	17.57	37.91	87.38	3:40.39	7:42.72	74.08	0.93	2.88	3.00	7.92	9.08	3.63	9.54	8
7	17.62	38.04	87.71	3:41.38	7:44.88	74.32	0.92	2.85	2.93	7.68	8.78	3.54	9.24	7
6	17.68	38.16	88.04	3:42.37	7:47.04	74.56	0.91	2.82	2.85	7.44	8.50	3.46	8.93	6
5	17.73	38.29	88.36	3:43.37	7:49.20	74.80	0.90	2.79	2.78	7.20	8.22	3.37	8.62	5
4	17.78	38.41	88.69	3:44.36	7:51.36	75.04		2.76	2.70	6.96	7.94	3.29	8.31	4
3	17.84	38.54	89.02	3:45.35	7:53.52	75.28	0.89	2.73	2.63	6.72	7.66	3.20	8.01	3
2	17.89	38.66	89.34	3:46.34	7:55.68	75.52	0.88	2.70	2.55	6.48	7.38	3.12	7.70	2
1	17.94	38.79	89.67	3:47.33	7:57.84	75.76	0.87	2.67	2.48	6.24	7.10	3.04	7.39	1



LEKKOATLETYCZNE TABELY PUNKTOWE - CHŁOPCY

• Licealiada - Szkolna liga lekkoatletyczna

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (5 kg)	PK (6 kg)	PK (7,26 kg)	RD (1,5 kg)	RD (1,75 kg)	RO (700 g)	RO (800 g)	Pkt
powyżej 200 pkt	1 pkt. za 0,02 s	1 pkt. za 0,03 s	1 pkt. za 0,1 s	1 pkt. za 0,12 s	1 pkt. za 0,35 s	1 pkt. za 0,1 s		1 pkt. za 1 cm	1 pkt. za 8 cm	1 pkt. za 10 cm	1 pkt. za 10 cm	1 pkt. za 10 cm	1 pkt. za 23 cm	1 pkt. za 23 cm	1 pkt. za 23 cm	powyżej 200 pkt
200	10.19	20.50	45.26	1:45.44	3:36.42	39.86		8.06	23.11	21.79	21.11	66.70	65.15	89.45	80.22	200
199	10.20	20.53	45.33	1:45.56	3:36.63	39.93		8.05	23.03	21.69	21.05	66.46	64.92	89.16	79.98	199
198	10.21	20.56	45.40	1:45.67	3:36.85	40.00	2.29	8.04	22.95	21.59	20.98	66.22	64.69	88.87	79.74	198
197	10.22	20.59	45.46	1:45.78	3:37.07	40.06		8.03	22.87	21.50	20.92	65.98	64.46	88.58	79.50	197
196	10.23	20.62	45.53	1:45.89	3:37.28	40.13		8.02	22.79	21.40	20.85	65.74	64.23	88.29	79.26	196
195	10.25	20.65	45.60	1:46.00	3:37.50	40.20	2.28	8.00	22.70	21.30	20.78	65.50	64.00	88.00	79.00	195
194	10.26	20.67	45.66	1:46.10	3:37.70	40.26		7.99	22.63	21.22	20.72	65.30	63.80	87.74	78.80	194
193	10.27	20.70	45.72	1:46.20	3:37.89	40.32		7.98	22.56	21.13	20.65	65.08	63.59	87.48	78.58	193
192	10.28	20.72	45.78	1:46.30	3:38.09	40.38	2.27	7.97	22.48	21.04	20.59	64.86	63.39	87.22	78.36	192
191	10.29	20.75	45.84	1:46.40	3:38.28	40.44		7.96	22.41	20.96	20.52	64.64	63.18	86.96	78.14	191
190	10.30	20.78	45.90	1:46.50	3:38.48	40.50		7.95	22.34	20.87	20.46	64.42	62.97	86.70	77.92	190
189	10.31	20.80	45.96	1:46.60	3:38.67	40.56	2.26	7.94	22.26	20.78	20.39	64.20	62.77	86.44	77.70	189
188	10.32	20.83	46.02	1:46.70	3:38.87	40.62		7.93	22.19	20.70	20.33	63.98	62.56	86.18	77.48	188
187	10.33	20.85	46.08	1:46.80	3:39.07	40.68		7.92	22.11	20.61	20.26	63.78	62.35	85.92	77.28	187
186	10.34	20.88	46.14	1:46.90	3:39.26	40.74	2.25	7.91	22.04	20.52	20.19	63.56	62.15	85.66	77.06	186
185	10.35	20.91	46.20	1:47.00	3:39.46	40.80		7.90	21.97	20.44	20.13	63.34	61.94	85.40	76.84	185
184	10.36	20.93	46.26	1:47.10	3:39.65	40.86		7.89	21.89	20.35	20.06	63.12	61.73	85.14	76.62	184
183	10.38	20.96	46.33	1:47.20	3:39.85	40.93	2.24	7.87	21.82	20.26	20.00	62.90	61.53	84.87	76.40	183
182	10.39	20.98	46.39	1:47.30	3:40.04	40.99		7.86	21.74	20.17	19.93	62.68	61.32	84.61	76.18	182
181	10.40	21.01	46.45	1:47.40	3:40.24	41.05		7.85	21.67	20.09	19.87	62.46	61.11	84.35	75.96	181
180	10.41	21.04	46.51	1:47.50	3:40.43	41.11	2.23	7.84	21.60	20.00	19.80	62.24	60.91	84.09	75.74	180
179	10.42	21.06	46.57	1:47.60	3:40.63	41.17		7.83	21.52	19.91	19.73	62.04	60.70	83.83	75.54	179
178	10.43	21.09	46.63	1:47.70	3:40.83	41.23		7.82	21.45	19.83	19.67	61.82	60.49	83.57	75.32	178
177	10.44	21.11	46.69	1:47.80	3:41.02	41.29	2.22	7.81	21.37	19.74	19.60	61.60	60.29	83.31	75.10	177
176	10.45	21.14	46.75	1:47.90	3:41.22	41.35		7.80	21.30	19.65	19.54	61.38	60.08	83.05	74.88	176
175	10.46	21.17	46.81	1:48.00	3:41.41	41.41		7.79	21.23	19.57	19.47	61.16	59.87	82.79	74.66	175
174	10.47	21.19	46.87	1:48.10	3:41.61	41.47	2.21	7.78	21.15	19.48	19.40	60.94	59.67	82.53	74.44	174
173	10.48	21.22	46.93	1:48.20	3:41.80	41.53		7.77	21.08	19.39	19.34	60.72	59.46	82.27	74.22	173

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (5 kg)	PK (6 kg)	PK (7,26 kg)	RD (1,5 kg)	RD (1,75 kg)	RO (700 g)	RO (800 g)	Pkt
172	10.50	21.25	47.00	1:48.30	3:42.00	41.60	2.20	7.75	21.00	19.30	19.27	60.50	59.25	82.00	74.00	172
171	10.51	21.27	47.05	1:48.42	3:42.25	41.67		7.74	20.88	19.19	19.21	60.16	58.93	81.64	73.70	171
170	10.52	21.29	47.10	1:48.55	3:42.50	41.74	2.19	7.72	20.76	19.07	19.14	59.82	58.60	81.28	73.38	170
169	10.54	21.31	47.16	1:48.67	3:42.75	41.81		7.71	20.64	18.95	19.07	59.48	58.27	80.91	73.06	169
168	10.55	21.34	47.21	1:48.79	3:43.00	41.89	2.18	7.69	20.51	18.83	19.01	59.14	57.94	80.55	72.74	168
167	10.56	21.36	47.27	1:48.91	3:43.25	41.96		7.68	20.39	18.71	18.94	58.80	57.61	80.19	72.42	167
166	10.58	21.38	47.32	1:49.04	3:43.50	42.03	2.17	7.66	20.27	18.60	18.88	58.46	57.28	79.82	72.10	166
165	10.59	21.40	47.38	1:49.16	3:43.75	42.10		7.64	20.15	18.48	18.81	58.12	56.95	79.46	71.78	165
164	10.60	21.43	47.43	1:49.28	3:44.00	42.18	2.16	7.63	20.02	18.36	18.74	57.78	56.62	79.10	71.46	164
163	10.62	21.45	47.49	1:49.40	3:44.25	42.25		7.61	19.90	18.24	18.68	57.44	56.29	78.73	71.14	163
162	10.63	21.47	47.54	1:49.53	3:44.50	42.32	2.15	7.60	19.78	18.12	18.61	57.10	55.96	78.37	70.82	162
161	10.65	21.50	47.60	1:49.65	3:44.75	42.40	2.14	7.58	19.65	18.00	18.54	56.76	55.63	78.00	70.50	161
160	10.66	21.52	47.65	1:49.77	3:45.00	42.47		7.56	19.53	17.89	18.48	56.42	55.30	77.64	70.20	160
159	10.67	21.54	47.70	1:49.90	3:45.25	42.54	2.13	7.55	19.41	17.77	18.41	56.08	54.97	77.28	69.88	159
158	10.69	21.56	47.76	1:50.02	3:45.50	42.61		7.53	19.29	17.65	18.35	55.74	54.64	76.91	69.56	158
157	10.70	21.59	47.81	1:50.14	3:45.75	42.69	2.12	7.52	19.16	17.53	18.28	55.40	54.31	76.55	69.24	157
156	10.71	21.61	47.87	1:50.26	3:46.00	42.76		7.50	19.04	17.41	18.21	55.06	53.98	76.19	68.92	156
155	10.73	21.63	47.92	1:50.39	3:46.25	42.83	2.11	7.48	18.92	17.30	18.15	54.72	53.65	75.82	68.60	155
154	10.74	21.65	47.98	1:50.51	3:46.50	42.90		7.47	18.80	17.18	18.08	54.38	53.32	75.46	68.28	154
153	10.75	21.68	48.03	1:50.63	3:46.75	42.98	2.10	7.45	18.67	17.06	18.01	54.04	52.99	75.10	67.96	153
152	10.77	21.70	48.09	1:50.75	3:47.00	43.05		7.44	18.55	16.94	17.95	53.70	52.66	74.73	67.64	152
151	10.78	21.72	48.14	1:50.88	3:47.25	43.12	2.09	7.42	18.43	16.82	17.88	53.36	52.33	74.37	67.32	151
150	10.80	21.75	48.20	1:51.00	3:47.50	43.20	2.08	7.40	18.30	16.70	17.81	53.00	52.00	74.00	67.00	150
149	10.81	21.78	48.29	1:51.20	3:47.98	43.28		7.38	18.20	16.61	17.75	52.66	51.65	73.50	66.56	149
148	10.83	21.82	48.39	1:51.40	3:48.45	43.36	2.07	7.36	18.09	16.51	17.68	52.30	51.30	73.00	66.10	148
147	10.85	21.86	48.49	1:51.60	3:48.93	43.44		7.34	17.99	16.42	17.61	51.96	50.95	72.50	65.66	147
146	10.87	21.90	48.59	1:51.80	3:49.40	43.52	2.06	7.32	17.88	16.32	17.55	51.60	50.60	72.00	65.20	146
145	10.88	21.93	48.68	1:52.00	3:49.88	43.60		7.30	17.78	16.23	17.48	51.26	50.25	71.50	64.76	145
144	10.90	21.97	48.78	1:52.20	3:50.35	43.68	2.05	7.28	17.67	16.13	17.41	50.90	49.90	71.00	64.30	144
143	10.92	22.01	48.88	1:52.40	3:50.83	43.76		7.26	17.57	16.04	17.35	50.56	49.55	70.50	63.86	143
142	10.94	22.05	48.98	1:52.60	3:51.30	43.84	2.04	7.24	17.46	15.94	17.28	50.20	49.20	70.00	63.40	142
141	10.95	22.08	49.07	1:52.80	3:51.78	43.92		7.22	17.36	15.85	17.21	49.86	48.85	69.50	62.96	141

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (5 kg)	PK (6 kg)	PK (7,26 kg)	RD (1,5 kg)	RD (1,75 kg)	RO (700 g)	RO (800 g)	Pkt
140	10.97	22.12	49.17	1:53.00	3:52.25	44.00	2.03	7.20	17.25	15.75	17.15	49.50	48.50	69.00	62.50	140
139	10.99	22.16	49.27	1:53.20	3:52.73	44.08		7.18	17.15	15.66	17.08	49.16	48.15	68.50	62.06	139
138	11.01	22.20	49.37	1:53.40	3:53.20	44.16	2.02	7.16	17.04	15.56	17.01	48.80	47.80	68.00	61.60	138
137	11.02	22.23	49.46	1:53.60	3:53.68	44.24		7.14	16.94	15.47	16.95	48.46	47.45	67.50	61.16	137
136	11.04	22.27	49.56	1:53.80	3:54.15	44.32	2.01	7.12	16.83	15.37	16.88	48.10	47.10	67.00	60.70	136
135	11.06	22.31	49.66	1:54.00	3:54.63	44.40		7.10	16.73	15.28	16.81	47.76	46.75	66.50	60.26	135
134	11.08	22.35	49.76	1:54.20	3:55.10	44.48	2.00	7.08	16.62	15.18	16.75	47.40	46.40	66.00	59.80	134
133	11.09	22.38	49.85	1:54.40	3:55.58	44.56		7.06	16.52	15.09	16.68	47.06	46.05	65.50	59.36	133
132	11.11	22.42	49.95	1:54.60	3:56.05	44.64	1.99	7.04	16.41	14.99	16.61	46.70	45.70	65.00	58.90	132
131	11.13	22.46	50.05	1:54.80	3:56.52	44.72		7.02	16.31	14.90	16.54	46.36	45.35	64.50	58.46	131
130	11.15	22.50	50.15	1:55.00	3:57.00	44.80	1.98	7.00	16.20	14.80	16.48	46.00	45.00	64.00	58.00	130
129	11.16	22.53	50.24	1:55.22	3:57.50	44.89		6.98	16.11	14.73	16.41	45.70	44.70	63.50	57.56	129
128	11.18	22.57	50.33	1:55.45	3:58.00	44.98	1.97	6.96	16.02	14.66	16.34	45.40	44.40	63.00	57.10	128
127	11.20	22.61	50.42	1:55.67	3:58.50	45.07		6.94	15.93	14.59	16.28	45.10	44.10	62.50	56.66	127
126	11.22	22.65	50.52	1:55.90	3:59.00	45.16	1.96	6.92	15.84	14.52	16.21	44.80	43.80	62.00	56.20	126
125	11.23	22.68	50.61	1:56.12	3:59.50	45.25	1.95	6.90	15.75	14.45	16.14	44.50	43.50	61.50	55.76	125
124	11.25	22.72	50.70	1:56.35	4:00.00	45.34		6.88	15.66	14.38	16.07	44.20	43.20	61.00	55.30	124
123	11.27	22.76	50.79	1:56.57	4:00.50	45.43	1.94	6.86	15.57	14.31	16.01	43.90	42.90	60.50	54.86	123
122	11.29	22.80	50.89	1:56.80	4:01.00	45.52		6.84	15.48	14.24	15.94	43.60	42.60	60.00	54.40	122
121	11.30	22.83	50.98	1:57.02	4:01.50	45.61	1.93	6.82	15.39	14.17	15.87	43.30	42.30	59.50	53.96	121
120	11.32	22.87	51.07	1:57.25	4:02.00	45.70	1.92	6.80	15.30	14.10	15.80	43.00	42.00	59.00	53.50	120
119	11.34	22.91	51.16	1:57.47	4:02.50	45.79		6.78	15.21	14.03	15.74	42.70	41.70	58.50	53.06	119
118	11.36	22.95	51.26	1:57.70	4:03.00	45.88	1.91	6.76	15.12	13.96	15.67	42.40	41.40	58.00	52.60	118
117	11.37	22.98	51.35	1:57.93	4:03.50	45.97		6.74	15.03	13.89	15.60	42.10	41.10	57.50	52.16	117
116	11.39	23.02	51.44	1:58.15	4:04.00	46.06	1.90	6.72	14.94	13.82	15.54	41.80	40.80	57.00	51.70	116
115	11.41	23.06	51.53	1:58.37	4:04.50	46.15	1.89	6.70	14.85	13.75	15.47	41.50	40.50	56.50	51.26	115
114	11.43	23.10	51.63	1:58.60	4:05.00	46.24		6.68	14.76	13.68	15.40	41.20	40.20	56.00	50.80	114
113	11.44	23.13	51.72	1:58.82	4:05.50	46.33	1.88	6.66	14.67	13.61	15.33	40.90	39.90	55.50	50.36	113
112	11.46	23.17	51.81	1:59.05	4:06.00	46.42		6.64	14.58	13.54	15.26	40.60	39.60	55.00	49.90	112
111	11.48	23.21	51.90	1:59.28	4:06.50	46.51	1.87	6.62	14.49	13.47	15.20	40.30	39.30	54.50	49.46	111
110	11.50	23.25	52.00	1:59.50	4:07.00	46.60	1.86	6.60	14.40	13.40	15.13	40.00	39.00	54.00	49.00	110
109	11.52	23.30	52.11	1:59.69	4:07.56	46.72		6.59	14.28	13.29	15.06	39.74	38.70	53.48	48.50	109

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (5 kg)	PK (6 kg)	PK (7,26 kg)	RD (1,5 kg)	RD (1,75 kg)	RO (700 g)	RO (800 g)	Pkt
108	11.54	23.35	52.22	1:59.89	4:08.11	46.84	1.85	6.57	14.16	13.18	14.99	39.46	38.39	52.95	48.00	108
107	11.56	23.40	52.33	2:00.08	4:08.67	46.96		6.55	14.04	13.07	14.93	39.18	38.09	52.42	47.50	107
106	11.58	23.45	52.44	2:00.28	4:09.22	47.08	1.84	6.53	13.92	12.96	14.86	38.90	37.78	51.89	47.00	106
105	11.61	23.50	52.55	2:00.47	4:09.78	47.21		6.51	13.79	12.85	14.79	38.62	37.48	51.37	46.50	105
104	11.63	23.55	52.66	2:00.67	4:10.33	47.33	1.83	6.49	13.67	12.74	14.72	38.34	37.17	50.84	46.00	104
103	11.65	23.60	52.77	2:00.86	4:10.89	47.45		6.47	13.55	12.63	14.65	38.06	36.87	50.31	45.50	103
102	11.67	23.65	52.88	2:01.06	4:11.44	47.57	1.82	6.45	13.43	12.52	14.59	37.78	36.56	49.78	45.00	102
101	11.70	23.70	53.00	2:01.25	4:12.00	47.70	1.81	6.43	13.30	12.40	14.52	37.50	36.25	49.25	44.50	101
100	11.72	23.75	53.11	2:01.44	4:12.56	47.82		6.41	13.18	12.29	14.45	37.24	35.95	48.73	44.00	100
99	11.74	23.80	53.22	2:01.64	4:13.11	47.94	1.80	6.39	13.06	12.18	14.38	36.96	35.64	48.20	43.50	99
98	11.76	23.85	53.33	2:01.83	4:13.67	48.06		6.37	12.94	12.07	14.31	36.68	35.34	47.67	43.00	98
97	11.78	23.90	53.44	2:02.03	4:14.22	48.18	1.79	6.35	12.82	11.96	14.25	36.40	35.03	47.14	42.50	97
96	11.81	23.95	53.55	2:02.22	4:14.78	48.31		6.33	12.69	11.85	14.18	36.12	34.73	46.62	42.00	96
95	11.83	24.00	53.66	2:02.42	4:15.33	48.43	1.78	6.31	12.57	11.74	14.11	35.84	34.42	46.09	41.50	95
94	11.85	24.05	53.77	2:02.61	4:15.89	48.55		6.29	12.45	11.63	14.04	35.56	34.12	45.56	41.00	94
93	11.87	24.10	53.88	2:02.81	4:16.44	48.67	1.77	6.27	12.33	11.52	13.97	35.28	33.81	45.03	40.50	93
92	11.90	24.15	54.00	2:03.00	4:17.00	48.80	1.76	6.25	12.20	11.40	13.90	35.00	33.50	44.50	40.00	92
91	11.92	24.21	54.11	2:03.24	4:17.59	48.96		6.23	12.13	11.35	13.84	34.72	33.21	44.18	39.72	91
90	11.95	24.27	54.23	2:03.47	4:18.18	49.12	1.75	6.21	12.06	11.29	13.77	34.42	32.92	43.86	39.42	90
89	11.98	24.34	54.35	2:03.71	4:18.76	49.29		6.18	11.99	11.23	13.70	34.12	32.62	43.53	39.12	89
88	12.01	24.40	54.47	2:03.94	4:19.35	49.45	1.74	6.16	11.92	11.17	13.63	33.84	32.33	43.21	38.84	88
87	12.04	24.47	54.58	2:04.18	4:19.94	49.62		6.14	11.85	11.11	13.56	33.54	32.03	42.89	38.54	87
86	12.07	24.53	54.70	2:04.41	4:20.53	49.78	1.73	6.11	11.78	11.05	13.49	33.24	31.74	42.56	38.24	86
85	12.10	24.60	54.82	2:04.65	4:21.12	49.95	1.72	6.09	11.71	10.99	13.42	32.96	31.45	42.24	37.96	85
84	12.13	24.66	54.94	2:04.88	4:21.71	50.11		6.07	11.64	10.93	13.36	32.66	31.15	41.92	37.66	84
83	12.16	24.73	55.05	2:05.12	4:22.29	50.28	1.71	6.04	11.57	10.88	13.29	32.36	30.86	41.59	37.36	83
82	12.19	24.79	55.17	2:05.35	4:22.88	50.44		6.02	11.50	10.82	13.22	32.06	30.56	41.27	37.06	82
81	12.22	24.86	55.29	2:05.59	4:23.47	50.61	1.70	6.00	11.43	10.76	13.15	31.78	30.27	40.95	36.78	81
80	12.25	24.92	55.41	2:05.82	4:24.06	50.77	1.69	5.97	11.36	10.70	13.08	31.48	29.98	40.62	36.48	80
79	12.28	24.99	55.52	2:06.06	4:24.65	50.94		5.95	11.29	10.64	13.01	31.18	29.68	40.30	36.18	79
78	12.31	25.05	55.64	2:06.29	4:25.24	51.10	1.68	5.93	11.22	10.58	12.94	30.90	29.39	39.98	35.90	78
77	12.34	25.12	55.76	2:06.53	4:25.82	51.27		5.90	11.15	10.52	12.87	30.60	29.09	39.65	35.60	77

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (5 kg)	PK (6 kg)	PK (7,26 kg)	RD (1,5 kg)	RD (1,75 kg)	RO (700 g)	RO (800 g)	Pkt
76	12.37	25.18	55.88	2:06.76	4:26.41	51.43	1.67	5.88	11.08	10.46	12.80	30.30	28.80	39.33	35.30	76
75	12.40	25.25	56.00	2:07.00	4:27.00	51.60	1.66	5.85	11.00	10.40	12.73	30.00	28.50	39.00	35.00	75
74	12.45	25.37	56.25	2:07.87	4:29.19	51.84		5.82	10.90	10.30	12.66	29.76	28.25	38.66	34.70	74
73	12.51	25.50	56.51	2:08.73	4:31.38	52.09	1.65	5.78	10.80	10.20	12.60	29.50	27.99	38.31	34.38	73
72	12.56	25.62	56.76	2:09.60	4:33.57	52.33	1.64	5.74	10.70	10.10	12.53	29.24	27.73	37.96	34.06	72
71	12.62	25.75	57.02	2:10.47	4:35.76	52.58	1.63	5.70	10.60	9.99	12.46	29.00	27.48	37.61	33.76	71
70	12.67	25.88	57.27	2:11.33	4:37.95	52.82	1.62	5.66	10.50	9.89	12.39	28.74	27.22	37.26	33.44	70
69	12.73	26.00	57.53	2:12.20	4:40.14	53.07	1.61	5.62	10.40	9.79	12.32	28.48	26.96	36.92	33.12	69
68	12.78	26.13	57.78	2:13.07	4:42.33	53.31	1.60	5.58	10.30	9.69	12.25	28.24	26.71	36.57	32.80	68
67	12.84	26.26	58.04	2:13.93	4:44.52	53.56	1.59	5.54	10.19	9.58	12.18	27.98	26.45	36.22	32.50	67
66	12.89	26.38	58.29	2:14.80	4:46.71	53.80	1.58	5.50	10.09	9.48	12.11	27.72	26.19	35.87	32.18	66
65	12.95	26.51	58.55	2:15.67	4:48.90	54.05	1.57	5.46	9.99	9.38	12.04	27.48	25.94	35.52	31.86	65
64	13.00	26.63	58.80	2:16.53	4:51.09	54.29	1.56	5.42	9.89	9.28	11.97	27.22	25.68	35.18	31.54	64
63	13.06	26.76	59.06	2:17.40	4:53.28	54.54	1.55	5.38	9.79	9.17	11.90	26.96	25.42	34.83	31.24	63
62	13.11	26.89	59.31	2:18.27	4:55.47	54.78	1.54	5.34	9.69	9.07	11.83	26.72	25.16	34.48	30.92	62
61	13.17	27.01	59.57	2:19.13	4:57.66	55.03	1.53	5.30	9.59	8.97	11.76	26.46	24.91	34.13	30.60	61
60	13.22	27.14	59.83	2:20.00	4:59.85	55.28	1.52	5.26	9.49	8.86	11.69	26.20	24.65	33.78	30.28	60
59	13.28	27.27	60.08	2:20.87	5:02.04	55.52	1.51	5.22	9.38	8.76	11.62	25.96	24.39	33.44	29.98	59
58	13.33	27.39	60.34	2:21.73	5:04.23	55.77	1.50	5.18	9.28	8.66	11.55	25.70	24.14	33.09	29.66	58
57	13.39	27.52	60.59	2:22.60	5:06.42	56.01	1.49	5.14	9.18	8.56	11.48	25.44	23.88	32.74	29.34	57
56	13.44	27.64	60.85	2:23.47	5:08.61	56.26	1.48	5.10	9.08	8.45	11.41	25.20	23.62	32.39	29.04	56
55	13.50	27.77	61.10	2:24.33	5:10.80	56.50	1.47	5.06	8.98	8.35	11.34	24.94	23.37	32.04	28.72	55
54	13.55	27.90	61.36	2:25.20	5:12.99	56.75	1.46	5.02	8.88	8.25	11.27	24.68	23.11	31.70	28.40	54
53	13.61	28.02	61.61	2:26.07	5:15.18	56.99	1.45	4.98	8.78	8.15	11.20	24.44	22.85	31.35	28.08	53
52	13.66	28.15	61.87	2:26.93	5:17.37	57.24	1.44	4.94	8.67	8.04	11.13	24.18	22.60	31.00	27.78	52
51	13.72	28.28	62.12	2:27.80	5:19.56	57.48	1.43	4.90	8.57	7.94	11.05	23.92	22.34	30.65	27.46	51
50	13.78	28.40	62.38	2:28.67	5:21.75	57.73	1.42	4.86	8.47	7.84	10.98	23.68	22.08	30.30	27.14	50
49	13.83	28.53	62.63	2:29.53	5:23.94	57.97	1.41	4.82	8.37	7.74	10.91	23.42	21.82	29.96	26.82	49
48	13.89	28.65	62.89	2:30.40	5:26.13	58.22	1.40	4.78	8.27	7.63	10.84	23.16	21.57	29.61	26.52	48
47	13.94	28.78	63.14	2:31.27	5:28.32	58.46	1.39	4.74	8.17	7.53	10.77	22.92	21.31	29.26	26.20	47
46	14.00	28.91	63.40	2:32.13	5:30.51	58.71	1.38	4.70	8.07	7.43	10.70	22.66	21.05	28.91	25.88	46
45	14.05	29.03	63.66	2:33.00	5:32.70	58.96	1.37	4.66	7.97	7.32	10.63	22.40	20.80	28.56	25.56	45

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (5 kg)	PK (6 kg)	PK (7,26 kg)	RD (1,5 kg)	RD (1,75 kg)	RO (700 g)	RO (800 g)	Pkt
44	14.11	29.16	63.91	2:33.87	5:34.89	59.20	1.36	4.62	7.86	7.22	10.56	22.16	20.54	28.22	25.26	44
43	14.16	29.29	64.17	2:34.73	5:37.08	59.45	1.35	4.58	7.76	7.12	10.49	21.90	20.28	27.87	24.94	43
42	14.22	29.41	64.42	2:35.60	5:39.27	59.69	1.34	4.54	7.66	7.02	10.41	21.64	20.03	27.52	24.62	42
41	14.27	29.54	64.68	2:36.47	5:41.46	59.94	1.33	4.50	7.56	6.91	10.34	21.40	19.77	27.17	24.32	41
40	14.33	29.66	64.93	2:37.33	5:43.65	60.18	1.32	4.46	7.46	6.81	10.27	21.14	19.51	26.82	24.00	40
39	14.38	29.79	65.19	2:38.20	5:45.84	60.43	1.31	4.42	7.36	6.71	10.20	20.88	19.26	26.48	23.68	39
38	14.44	29.92	65.44	2:39.07	5:48.03	60.67	1.30	4.38	7.26	6.61	10.13	20.64	19.00	26.13	23.36	38
37	14.49	30.04	65.70	2:39.93	5:50.21	60.92	1.29	4.34	7.15	6.50	10.05	20.38	18.74	25.78	23.06	37
36	14.55	30.17	65.95	2:40.80	5:52.40	61.16	1.28	4.30	7.05	6.40	9.98	20.12	18.48	25.43	22.74	36
35	14.60	30.30	66.21	2:41.67	5:54.59	61.41	1.27	4.26	6.95	6.30	9.91	19.88	18.23	25.08	22.42	35
34	14.66	30.42	66.46	2:42.53	5:56.78	61.65	1.26	4.22	6.85	6.20	9.84	19.62	17.97	24.74	22.10	34
33	14.71	30.55	66.72	2:43.40	5:58.97	61.90	1.25	4.18	6.75	6.09	9.77	19.36	17.71	24.39	21.80	33
32	14.77	30.67	66.97	2:44.27	6:01.16	62.14	1.24	4.14	6.65	5.99	9.69	19.12	17.46	24.04	21.48	32
31	14.82	30.80	67.23	2:45.13	6:03.35	62.39	1.23	4.10	6.55	5.89	9.62	18.86	17.20	23.69	21.16	31
30	14.88	30.93	67.49	2:46.00	6:05.54	62.64	1.22	4.06	6.45	5.78	9.55	18.60	16.94	23.34	20.84	30
29	14.93	31.05	67.74	2:46.87	6:07.73	62.88	1.21	4.02	6.34	5.68	9.47	18.36	16.69	23.00	20.54	29
28	14.99	31.18	68.00	2:47.73	6:09.92	63.13	1.20	3.98	6.24	5.58	9.40	18.10	16.43	22.65	20.22	28
27	15.04	31.31	68.25	2:48.60	6:12.11	63.37	1.19	3.94	6.14	5.48	9.33	17.84	16.17	22.30	19.90	27
26	15.10	31.43	68.51	2:49.47	6:14.30	63.62	1.18	3.90	6.04	5.37	9.25	17.60	15.92	21.95	19.60	26
25	15.16	31.56	68.76	2:50.33	6:16.49	63.86	1.17	3.86	5.94	5.27	9.18	17.34	15.66	21.60	19.28	25
24	15.21	31.68	69.02	2:51.20	6:18.68	64.11	1.16	3.82	5.84	5.17	9.11	17.08	15.40	21.26	18.96	24
23	15.27	31.81	69.27	2:52.07	6:20.87	64.35	1.15	3.78	5.74	5.07	9.03	16.84	15.14	20.91	18.64	23
22	15.32	31.94	69.53	2:52.93	6:23.06	64.60	1.14	3.74	5.63	4.96	8.96	16.58	14.89	20.56	18.34	22
21	15.38	32.06	69.78	2:53.80	6:25.25	64.84	1.13	3.70	5.53	4.86	8.88	16.32	14.63	20.21	18.02	21
20	15.43	32.19	70.04	2:54.67	6:27.44	65.09	1.12	3.66	5.43	4.76	8.81	16.08	14.37	19.86	17.70	20
19	15.49	32.32	70.29	2:55.53	6:29.63	65.33	1.11	3.62	5.33	4.66	8.73	15.82	14.12	19.52	17.38	19
18	15.54	32.44	70.55	2:56.40	6:31.82	65.58	1.10	3.58	5.23	4.55	8.66	15.56	13.86	19.17	17.08	18
17	15.60	32.57	70.80	2:57.27	6:34.01	65.82	1.09	3.54	5.13	4.45	8.58	15.32	13.60	18.82	16.76	17
16	15.65	32.69	71.06	2:58.13	6:36.20	66.07	1.08	3.50	5.03	4.35	8.51	15.06	13.35	18.47	16.44	16
15	15.71	32.82	71.32	2:59.00	6:38.39	66.32	1.07	3.46	4.93	4.24	8.43	14.80	13.09	18.12	16.12	15
14	15.76	32.95	71.57	2:59.87	6:40.58	66.56	1.06	3.42	4.82	4.14	8.36	14.56	12.83	17.78	15.82	14
13	15.82	33.07	71.83	3:00.73	6:42.77	66.81	1.05	3.38	4.72	4.04	8.28	14.30	12.58	17.43	15.50	13

Pkt	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	4x100 m	SW	SD	PK (5 kg)	PK (6 kg)	PK (7,26 kg)	RD (1,5 kg)	RD (1,75 kg)	RO (700 g)	RO (800 g)	Pkt
12	15.87	33.20	72.08	3:01.60	6:44.96	67.05	1.04	3.34	4.62	3.94	8.20	14.04	12.32	17.08	15.18	12
11	15.93	33.33	72.34	3:02.47	6:47.15	67.30	1.03	3.30	4.52	3.83	8.13	13.80	12.06	16.73	14.88	11
10	15.98	33.45	72.59	3:03.33	6:49.34	67.54	1.02	3.26	4.42	3.73	8.05	13.54	11.80	16.38	14.56	10
9	16.04	33.58	72.85	3:04.20	6:51.53	67.79	1.01	3.22	4.32	3.63	7.97	13.28	11.55	16.04	14.24	9
8	16.09	33.70	73.10	3:05.07	6:53.72	68.03	1.00	3.18	4.22	3.53	7.89	13.04	11.29	15.69	13.92	8
7	16.15	33.83	73.36	3:05.93	6:55.91	68.28	0.99	3.14	4.11	3.42	7.81	12.78	11.03	15.34	13.62	7
6	16.20	33.96	73.61	3:06.80	6:58.10	68.52	0.98	3.10	4.01	3.32	7.73	12.52	10.78	14.99	13.30	6
5	16.26	34.08	73.87	3:07.67	7:00.29	68.77	0.97	3.06	3.91	3.22	7.65	12.28	10.52	14.64	12.98	5
4	16.31	34.21	74.12	3:08.53	7:02.48	69.01	0.96	3.02	3.81	3.12	7.57	12.02	10.26	14.30	12.66	4
3	16.37	34.34	74.38	3:09.40	7:04.67	69.26	0.95	2.98	3.71	3.01	7.49	11.76	10.01	13.95	12.36	3
2	16.42	34.46	74.63	3:10.27	7:06.86	69.50	0.94	2.94	3.61	2.91	7.41	11.52	9.75	13.60	12.04	2
1	16.48	34.59	74.89	3:11.13	7:09.05	69.75	0.93	2.90	3.51	2.81	7.32	11.26	9.49	13.25	11.72	1



KONKURSY - wyniki

KONKURS „SPORT W WYOBRAŹNI UCZNIĄ”

M-ce	Młodzież szkolna do 13 lat		Młodzież szkolna 14-15 lat	
1.	Maja Brońska-Uczeń	SP Nr 1 Sanok	Emilia Terlecka	SP Haczów
2.	Julia Sikoń	SP Nr 14 Przemyśl	Julia Kubas	SP Nowosielce
3.	Jan Buś	SP Babice	Maria Kałdan	SP Nr 3 Stalowa Wola
3.	Hanna Miłek	SP S. Pijarek Rzeszów		

KONKURS „SPORT W OBIEKTYWIE”

M-ce	Młodzież szkolna		Dorośli	
1.	Julia Żuchowska	I LO Sanok	Jan Jabłoński	Rakiszawa
2.	Wiktoria Stypuła	SP Nr 2 Sanok	Krzysztof Zbylut	Jasło
3.	Mikołaj Malik	SP Nr 15 Krosno	Radosław Telega	Dynów
3.			Arkadiusz Fara	Krosno

NAJLEPSZE KLUBY SPORTOWE PIONU SZS W WOJEWÓDZTWIE PODKARPACKIM WE WSPÓLZAWODNICTWIE SPORTOWYM KLUBÓW W 2020 ROKU (za udział w MMP, MPJun., OOM, MMMI.):

1. Uczniowski Klub Sportowy „Niedźwiadki” w Sanoku
2. Uczniowski Klub Sportowy w Lubzinie
3. Uczniowski Klub Sportowy „MOSiR” w Sanoku
4. Międzyszkolny Klub Sportowy „Halicz” w Ustrzykach Dolnych
5. Uczniowski Klub Sportowy „Tempo – 5” w Przemyślu
6. Uczniowski Klub Sportowy „Sport-Tramp” w Jarosławiu
7. Międzyszkolny Klub Sportowy V LO w Rzeszowie
8. Uczniowski Klub Sportowy „Akrobata” w Łańcucie
9. Uczniowski Klub Sportowy „Azymut” w Dębowie
10. Uczniowski Klub Narciarski „Laworta” w Ustrzykach Dolnych
11. Uczniowski Klub Pływacki „Gryf” w Dębicy
12. Uczniowski Klub Sportowy „Beniaminek” w Krośnie
13. Ludowy Uczniowski Klub Sportowy „Syrena” w Gnojnicy Woli
14. Międzyszkolne Stowarzyszenie Sportowe „Gryf” w Sanoku
15. Międzyszkolny Klub Lekkoatletyczny „Sparta” w Stalowej Woli
16. Międzyszkolny Klub Sportowy „Gryf” w Mielcu
17. Międzyszkolny Uczniowski Klub Sportowy „Iryda” w Mielcu
18. Międzyszkolny Uczniowski Klub Lekkiej Atletyki-Korzeniowski.pl w Dębicy
19. Uczniowski Ludowy Klub Sportowy „Technik” w Trzcini
20. Uczniowski Klub Sportowy „Gem” w Posadzie Górnej
21. Uczniowski Klub Sportowy „Piętnastka” w Krośnie
22. Uczniowski Klub Sportowy „Tiki-Taka” w Kolbuszowej
23. Uczniowski Klub Sportowy „Aktywna Piątka” w Przemyślu
24. Uczniowski Klub Sportowy MOSiR w Dukli
25. Międzyszkolny Klub Sportowy „Ikar” w Mielcu
26. Uczniowski Klub Sportowy „Basket-15” w Przemyślu
27. Uczniowski Klub Sportowy „Orbitek” w Straszęcinie
28. Uczniowski Klub Sportowy SMS w Mielcu
29. Uczniowski Klub Judo „Millennium” w Rzeszowie
30. Uczniowski Klub Sportowy „Morsy” w Dębicy

WYKAZ POWIATOWYCH ORGANIZATORÓW IMPREZ SPORTOWYCH SZS

Powiat	Organizator zawodów	Adres kontaktowy	Telefon kontaktowy	Adres e-mailowy	Uwagi
bieszczadzki	KRZYSZTOF LACHOWSKI	Hala sportowa Ustrzyki Dolne ul. 29-Listopada 19a	13 493 95 02 602 32 40 19	sport@ustrzyki-dolne.pl	ID IMS Licealiada
brzozowski	MAREK SZERSZEŃ	Starostwo Powiatowe 36-200 Brzozów ul. Armii Krajowej 1	13 434 26 45 509 67 04 24	marszer1@op.pl	ID IMS Licealiada
dębicki	JAN MALEC	39-206 Pustków Osiedle 56/27	603 71 92 26	janmalec@op.pl	ID
	MARIUSZ KANIA	P SZS – ZSZ Nr 1 39-200 Dębica ul. Rzeszowska 78	606 73 88 74	viking75@wp.pl	IMS Licealiada
jarosławski	BOGUSŁAW KUTA	Szkoła Podstawowa 37-543 Laszki 280	887 43 27 69	19761221@wp.pl	ID
	MARCIN SZELIGA	Szkoła Podstawowa Nr 1 37-560 Pruchnik, ul. Markiewicza	537 49 21 97	ducze25@interia.pl	IMS
	WOJCIECH LESIAK	I Liceum Ogólnokształcące 37-500 Jarosław, ul. 3-go Maja 4	793 94 42 73	wlesiak1@wp.pl	Licealiada
jasielski	TOMASZ JANUSZ	Szkoła Podstawowa Nr 1 38-200 Jasło, ul. P. Skargi 10	886 29 48 70		ID
	JERZY CHMIEL	Szkoła Podstawowa Nr 7 38-200 Jasło, ul. Św. Jana z Dukli	696 55 36 96		IMS
	JACEK KSIĄŻEK	II Liceum Ogólnokształcące 38-200 Jasło, ul. Floriańska 24	604 26 31 82	szsjaslo@gmail.com	Licealiada
kolbuszowski	MACIEJ PRZYBYŁO		781 73 73 73	salibiathlon@wp.pl	ID IMS Licealiada
Krosno gr.	JERZY JANUSZ	Powiatowy SZS 38-400 Krosno, ul. Legionów 6	604 54 75 43	janusz.jerzy@wp.pl	ID IMS Licealiada
krośnieński	TOMASZ STAROŃ	Zespół Szkół Iwonicz, ul. Zadwór 15 38-440 Iwonicz - Zdrój	605 16 86 17	starontom@gmail.com	ID IMS Licealiada

leski	TOMASZ WINIARSKI	Szkoła Podstawowa 38-623 Uherce Mineralne	883 69 99 45	twiniarski@tlen.pl	ID
	DARIUSZ KOTYŁA	Zespół Szkół Samorządowych Średnia Wieś 38-604 Hoczew	13 469 81 57 691 89 26 86	daroaga@poczta.onet.pl	IMS
	MARIUSZ ŁOPUSZAŃSKI	Liceum Ogólnokształcące 38-600 Lesko, ul. Piłsudskiego 5	603 40 05 43		Licealiada
leżajski	ADRIAN RAUZA	Zespół Szkół Licealnych 37-300 Leżajsk, ul. M. Curie-Skłodowskiej 6	665 14 03 87	adrian.rauza@op.pl	ID IMS Licealiada
lubaczowski	MAŁGORZATA ZDEB-KWIATKOWSKA	Szkoła Podstawowa 37-630 Oleszyce	691 07 45 21	g_kwiatkowska@o2.pl	ID IMS
	ZBIGNIEW BUCZKO	Zespół Szkół 37-600 Lubaczów, ul. Kościuszki 161	660 53 69 77	zbigniewbysz@poczta.onet.pl	Liceliada
łańcucki	ŁUKASZ BURDA	Zespół Placówek Oświatowych – Łańcut, ul. Armii Krajowej 51D	607 30 90 10	lukas.burda@2lolancut.p	ID IMS Licealiada
mielecki	ADAM MIRAŚ	Powiatowy Szkolny Związek Sportowy w Mielcu	698 38 22 06	adam_miras@op.pl	ID IMS
	GRZEGORZ KARDYŚ	Zespół Szkół Technicznych 39-300 Mielec, ul. Jagiellończyka 3	604 19 48 22	gregorkar@op.pl	Licealiada
nizański	GRZEGORZ NALEPA	Szkoła Podstawowa Nr 1 37-400 Nisko, ul. Słowackiego 10	604 11 44 76	grzegorznalepagn@gmail.com	ID
	ZDZISŁAW TABOR	Zespół Szkół 37-410 Ulanów	695 56 50 55	z-tabor@wp.pl	IMS
	MARIUSZ ZAPAŚNIK	RCEZ 37-400 Nisko, ul Sandomierska 1	669 01 83 88	mzapasnik@wp.pl	Licealiada
przemyski	EDWARD PRACHOWSKI	37-700 Przemysł ul. Bielskiego 58/26	883 29 85 51		ID IMS
	RAFAŁ KORCZYŃSKI	Zespół Szkolno-Przedszkolny Nr 1 37-710 Żurawica ul. J.P. II 194	605 53 82 55	ukspancerni@interia.pl	Licealiada
Przemysł gr.	CZESŁAW MALIK MARIUSZ KUCAB	POSiR 37-700 Przemysł ul. Mickiewicza 30	691 96 67 15	c.malik@posir.pl m.kucab@posir.pl	ID IMS Licealiada

przeworski	MAREK BRZÓSKA	Szkoła Podstawowa 37-220 Kańczuga, ul. Szkolna	16 642 41 21 605 09 09 20	brzoskam@op.pl	ID IMS Licealiada
	JERZY ZAJĄC	Szkoła Podstawowa 37-220 Krzeczowice	16 648 62 40 663 19 76 26		
ropczycko- sędziszowski	GRZEGORZ DROZD	Szkoła Podstawowa Bystrzyca 39-124 Iwierzyce	727 68 75 09	drgrzegorz@vp.pl	ID IMS
	PAWEŁ KARDYŚ	Zespół Szkół 39-100 Ropczyce ul. Mickiewicza 14	607 091 246	pawelkardys@wp.pl	Licealiada
rzeszowski	ZBIGNIEW PRZYGÓRZEWSKI	Szkoła Podstawowa 36-001 Trzebownisko	601 21 69 40	p.zbyszek@poczta.fm	ID IMS Licealiada
Rzeszów gr.	EDWARD SAPKO	Zespół Szkół Sportowych, 35-045 Rzeszów, ul. Hetmańska 38	512 36 65 06	sekretariat@mos.resman.pl	ID IMS Licealiada
sanocki	RYSZARD DŁUGOSZ	Szkoła Podstawowa Nr 4 38-500 Sanok, ul. Sadowa 12	691 83 49 69	ryszarddlugosz@onet.pl	ID
	ANDRZEJ OSTROWSKI	Szkoła Podstawowa Nr 1 38-500 Sanok, Al. Szwajcarii 5	600 07 20 23	ostrowskian@gmail.pl	IMS
	KRZYSZTOF SALAMAK	Zespół Szkół Nr 4 38-500 Sanok, ul. Sadowa 21	13 463 30 04 503 10 88 81	k.salamak@gmail.com	Licealiada
stalowowolski	MIROSLAW ORŁOWSKI	37-450 Stalowa Wola ul. Siedlanowskiego 6/89	600 06 54 08	mirek.orlowski@interia.pl	ID IMS Licealiada
strzyżowski	LESZEK JĘDRYSIK	Szkoła Podstawowa Nr 1 38-130 Frysztak Ul. J. Piętniewicza 7	603 57 69 49	leszekjpspo@op.pl	ID IMS Licealiada
Tarnobrzeg gr.	SYLWIA ŁĄCZNA	Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji 39-400 Tarnobrzeg, Al. Niepodległości 2	15 822 52 53 w. 27	s.laczna@mosir.tarnobrzeg.pl	ID IMS Licealiada
tarnobrzesci	ADAM SZPUNAR	Szkoła Podstawowa Nr 2 39-460 Nowa Dęba, ul. Leśna 40	604 77 63 83	reneadam@op.pl	ID
	JERZY BRZUSZEK	Szkoła Podstawowa Nr 2 39-460 Nowa Dęba, ul. Leśna 40	698 02 10 07	michal1228@op.pl	IMS

ADRESY I TELEFONY INSTYTUCJI I STOWARZYSZEŃ KULTURY FIZYCZNEJ WOJEWÓDZTWA PODKARPACKIEGO

Nazwa instytucji / związku / stowarzyszenia	Adres	Telefon
Kuratorium Oświaty	35-959 Rzeszów, ul. Grunwaldzka 15	17-867-11-42
Urząd Marszałkowski Województwa Podkarpackiego – Departament Edukacji, Nauki i Sportu	35-241 Rzeszów, ul. Lubelska 4	17-743-32-95
Podkarpackie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe	35- 010 Rzeszów, ul. Ks. Jałowego 23a	17-853-33-57
Akademicki Związek Sportowy – Zarząd Środowiskowy	35-084 Rzeszów, ul. Poznańska 2a	17-865-13-87
Podkarpackie Towarzystwo Krzewienie Kultury Fizycznej	35-005 Rzeszów, ul. Bardowskiego 2/5	17-853-34-69
Rzeszowski Komitet Olimpijski	35-005 Rzeszów, ul. Bardowskiego 2/5	17-853-34-69
Podkarpacka Federacja Sportu	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego 13/a	17-852-79-86
Podkarpacki Okręgowy Związek Akrobatyki Sportowej	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego 13/a	17-852-11-87
Rzeszowski Okręgowy Związek Badmintona	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego 13/a	17-852-79-86
Podkarpacki Związek Biathlonu	38-440 Iwonicz – Zdrój, ul. Leśna 2A	13-435-06-16
Podkarpacki Okręgowy Związek Bokserski	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego 13/a	17-853-60-45
Podkarpacki Wojewódzki Związek Brydża Sportowego	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego 13/a	883-90-95-49
Podkarpacki Związek Hokeja na Lodzie	38-500 Sanok, ul. Królowej Bony 4	13-465-91-52
Podkarpacki Związek Jeździecki	36-060 Głogów Młp., Zabajka 358	17-851-77-11
Podkarpacki Okręgowy Związek Judo	35-020 Rzeszów, ul. Langiewicza 27	602-38-79-55
Podkarpacki Okręgowy Związek Karate	38-440 Iwonicz-Zdrój, ul. Braci Kazurów	13-435-06-74
Podkarpacki Okręgowy Związek Kolarski	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego 13/a	17-853-22-70
Podkarpacki Okręgowy Związek Koszykówki	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego 13/a	17-852-79-87
Podkarpacki Okręgowy Związek Lekkiej Atletyki	35-111 Rzeszów, ul. Wyspiańskiego 22	17-853-06-44
Rzeszowski Okręgowy Związek Łuczniczy	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego 13/a	17-853-56-03
Podkarpacki Okręgowy Związek Łyżwiarstwa Szybkiego i Wrotkarstwa	38-500 Sanok, ul. Królowej Bony 4	13-465-91-32
Podkarpacki Okręgowy Związek Narciarski	38-700 Ustrzyki Dolne, ul. Kopernika 1	13-493- 95-02
Podkarpacki Okręgowy Związek Orientacji Sportowej	37-200 Przeworsk, ul. Konopnickiej 7/2	16-648-58-44
Podkarpacki Związek Piłki Nożnej	35-206 Rzeszów, Al. Gen. Okulickiego 18	17-853-43-25

Podkarpacki Okręgowy Związek Piłki Ręcznej	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego13/a	17-853-60-44
Podkarpacki Wojewódzki Związek Piłki Siatkowej	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego13/a	17-853-56-03
Podkarpacki Okręgowy Związek Pływacki	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego13/a	17-853-60-46
Podkarpacki Związek Podnoszenia Ciężarów	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego13/a	501-75-12-34
Podkarpacki Okręgowy Związek Tenisa Stołowego	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego13/a	882-10-94-70
Podkarpacki Związek Tenisowy	37-450 Stalowa Wola. ul. Skoczyńskiego 3	15-842-42-37
Podkarpacki Okręgowy Związek Strzelectwa Sportowego	35-011 Rzeszów, ul. Gołębia 10	17-853-37-83
Podkarpacki Okręgowy Związek Szachowy	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego13/a	608-29-91-28
Podkarpacki Wojewódzki Związek Siermiernicy	38-400 Krosno, ul. Zręcińska 10 e	16-648-25-26
Podkarpacki Okręgowy Związek Warcabowy	37-600 Lubaczów, ul. Wyszyńskiego 31	785-63-71-22
Podkarpacki Okręgowy Związek Zapaśniczy	35-011 Rzeszów, ul. Pułaskiego13/a	17-854-15-92
Rzeszowski Okręgowy Związek Żeglarski	35-005 Rzeszów, ul. Bardowskiego 2	17-853-31-33

Najważniejsze terminy:

- **1 września 2021** - rozpoczęcie zajęć dydaktyczno-wychowawczych
- **23-31 grudnia 2021** - zimowa przerwa świąteczna
- **14-27 lutego 2022** - ferie zimowe
- **14-19 kwietnia 2022** - wiosenna przerwa świąteczna
- **29 kwietnia 2022** - zakończenie zajęć w klasach programowo
najwyższych w szkołach ponadpodstawowych
- **24 czerwca 2022** - zakończenie zajęć dydaktyczno-wychowawczych