



XXXI OGÓLNOPOLSKA  
OLIMPIADA MŁODZIEŻY  
W SPORTACH LETNICH

# REGULAMIN

## 31. OGÓLNOPOLSKA OLIMPIADA MŁODZIEŻY.

### 57. PZLA MISTRZOSTWA POLSKI U18

#### 1. Kierownictwo

Polski Związek Lekkiej Atletyki

#### 2. Termin i miejsce

11-13 lipca 2025, Poznań

#### 3. Organizator

Wielkopolskie Stowarzyszenie Sportowe

#### 4. Konkurencje

|            |                                                                                                                                                                |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kobiety:   | 100, 200, 400, 800, 1 500, 3 000, 100ppł, 400ppł, 2000prz, 4x100, 4x400, chód 5000m, wzwyż, tyczka, w dal, trójskok, kula, dysk, młot, oszczep, 7-bój          |
| Mężczyźni: | 100, 200, 400, 800, 1 500, 3 000, 110ppł, 400ppł, 2 000prz (84cm), 4x100, 4x400, chód 5000m, wzwyż, tyczka, w dal, trójskok, kula, dysk, młot, oszczep, 10-bój |

#### Konkurencje rozgrywane w innych terminach:

|     |                      |              |       |
|-----|----------------------|--------------|-------|
| SSM | sztafeta 4 x 400 mix | 17 maja      | Opole |
| SSM | bieg przełajowy      | 22 listopada | Lubin |

#### 5. Warunki uczestnictwa

W 31. Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży - 57. PZLA Mistrzostwach Polski U18 w rywalizacji wchodzącej do Systemu Sportu Młodzieżowego w kategorii wiekowej U18 (rocznik **2008-2009**) prawo startu mają zawodnicy posiadający:

- numer PESEL zgodnie z przepisami ustawy z dnia 24 września 2010 r. o ewidencji ludności (tekst jednolity Dz. U. z 2019 r. poz. 1397) lub serię i numer paszportu kraju członkowskiego Unii Europejskiej,
- ważną na sezon 2025 licencję zawodniczą wystawioną przez Polski Związek Lekkiej Atletyki,
- aktualne na dzień 13 lipca 2025 orzeczenie lekarskie o zdolności do uprawiania lekkiej atletyki,
- dodatkowo prawo uczestnictwa mają zawodnicy zagraniczni, gdy posiadają ważną licencję PZLA przez trzy kolejne sezony (tzn. możliwy jest udział we współzawodnictwie SSM dopiero w trzecim kolejnym sezonie startów w Polsce) lub po uzyskaniu odrębnej zgody PZLA.

Do zawodów finałowych 31. Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży - 57. PZLA Mistrzostw Polski U18 awansują zawodnicy, którzy:

a) zostaną wpisani (do 2 zawodników w konkurencji) na listę ogłoszoną przez PZLA do **16.05.2025**. Rezygnacja z miejsca na tej liście, związana ze startem w innej konkurencji, musi być zgłoszona nie później niż do dnia **11.06.2025**;

b) zostaną wpisani na listę ogłoszoną przez PZLA obejmującą do 24 zawodników w każdej konkurencji indywidualnej. Podstawą do opracowania list będą wyniki uzyskane w regulaminowych warunkach od dnia **25.04.2025** do **29.06.2025** na zawodach kalendarzowych PZLA z min. pierwszą klasą oraz na międzynarodowych miłyngach wpisanych do kalendarza World Athletics Global Calendar kategorii F;

c) zostaną umieszczeni na liście (do 24 osób w konkurencji), która zostanie ogłoszona **30.06.2025** – w przypadku gdy zawodnik znajdzie się na liście wstępnej w wykluczającej się liczbie konkurencji, Woj. ZLA jest zobowiązany do **01.07.2025** do określenia konkurencji, w której zawodnik będzie startować w finale 31. Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży - 57. PZLA Mistrzostw Polski U18.

Zamknięcie list po uzupełnieniach do 24 zawodników w konkurencji zostanie dokonana w dniu **01.07.2025** **godzina 12:00**.



## REGULAMIN

### 31. OGÓLNOPOLSKA OLIMPIADA MŁODZIEŻY.

#### 57. PZLA MISTRZOSTWA POLSKI U18

Na podstawie zgłoszeń zgodnie z limitem liczbowym (do 24 osób w konkurencji indywidualnej) w każdej konkurencji indywidualnej zostanie utworzona lista rankingowa zawodników zakwalifikowanych do udziału w 31. Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży - 57. PZLA Mistrzostwach Polski U18.

Zawodnicy nie mieszczący się w limicie liczbowym w poszczególnych konkurencjach będą zawodnikami rezerwowymi, rozstawionymi od najwyższego miejsca (możliwy ich udział w przypadku rezygnacji zakwalifikowanego zawodnika). Rezygnacja ze startu po wyznaczonych terminach elektronicznego potwierdzenia startu z użyciem TOKENA nie umożliwia startu kolejnym zawodnikom rezerwowym.

**d) w biegach sztafetowych 4 x 100 i 4 x 400 (z wyłączeniem miksów) do zawodów finałowych zostanie zakwalifikowanych po 8 zespołów klubowych wyłonionych** na podstawie wyników z imprez kalendarzowych, organizowanych w okresie **25.04-29.06.2025** Podstawą do opracowania list będą wyniki uzyskane w regulaminowych warunkach:

- na zawodach kalendarzowych PZLA z min. pierwszą klasą;
- na międzynarodowych mityngach wpisanych do kalendarza World Athletics Global Calendar z kategorią F.

Lista rankingowa biegów sztafetowych zostanie ogłoszona na stronie PZLA do **01.07.2025**.

Na liście rankingowej zostaną ujęte wyniki tylko tych składów sztafetowych oraz konkurencji indywidualnych, które zostaną uzyskane zgodnie z warunkami i zasadami uczestnictwa identycznymi jak na 31. Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży - 57. PZLA Mistrzostwach Polski U18.

**Zespoły sztafetowe, które zostaną umieszczone na liście rankingowej mogą się składać wyłącznie z zawodników kategorii U18.**

Warunkiem uwzględniającym wynik sztafety jest podanie w komunikacie pełnego składu imiennego wraz z rocznikami urodzenia zawodników. Podczas zawodów będzie prowadzona na bramce dodatkowa weryfikacja i identyfikacja zawodników (licencja zawodnicza).

W składzie sztafety zakwalifikowanej do zawodów finałowych może być zgłoszonych maksymalnie 2 zawodników rezerwowych.

**W przypadku rzutu oszczepem mężczyzn (700 gram) ranking zostanie utworzony na podstawie wyników startów i nowym modelem. Zawody w ramach OOM – PZLA MP U18 zostaną rozegrane wyłącznie sprzętem zgodnym z nową specyfikacją.**

**6.** Zawodnicy, we wszystkich Mistrzostwach Polski U18 objętych punktacją SSM łącznie mają prawo startu w następującej liczbie konkurencji:

- w 2 konkurencjach indywidualnych (w tym w biegu przełajowym) + 1 sztafeta;
- w 1 konkurencji indywidualnej (w tym bieg przełajowy) + 2 sztafety;
- lub 3 sztafety.

Start na 31. Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży - 57. PZLA Mistrzostwach Polski U18 w Poznaniu w biegu na dystansie 400 m (400 m ppł.) lub dłuższym wyklucza udział w innej konkurencji indywidualnej z wyjątkiem biegu przełajowego.

#### **7. Zasady rozgrywania konkurencji:**

- w biegach do 800 m włącznie oraz w biegach na 100 m ppł. i 110 m ppł. oraz 400 m ppł. rozegrane zostaną eliminacje oraz finały A i B;
- w pozostałych biegach: bezpośrednio finały lub serie na czas;
- w konkurencjach technicznych, do których zgłoszono i stanie na starcie 17 lub więcej zawodników zostaną rozegrane eliminacje;
- kolejność biegów w seriach eliminacyjnych jest losowana, a zawodnicy z jednego klubu będą w miarę możliwości rozstawiani w różnych biegach eliminacyjnych;



XXXI OGÓLNOPOLSKA  
OLIMPIADA MŁODZIEŻY  
W SPORTACH LETNICH

## REGULAMIN

### 31. OGÓLNOPOLSKA OLIMPIADA MŁODZIEŻY.

#### 57. PZLA MISTRZOSTWA POLSKI U18

- kolejność biegów w seriach na czas wg zasady od najlepszej do najgorszej serii;
- rozstawienie w indywidualnych konkurencjach biegowych na podstawie regulaminowych wyników uzyskanych w bieżącym sezonie letnim na imprezach kalendarzowych PZLA lub na międzynarodowych mityngach wpisanych do kalendarzy krajowych federacji, EA lub/i WA (minimalne wymagania jak zawody kalendarzowe PZLA) rozegranych od **25.04.2025** do **29.06.2025**;
- rozstawienia biegów sztafetowych w zawodach finałowych dokonywane będzie na podstawie wyników zespołów uzyskanych podczas imprez kalendarzowych, organizowanych w okresie **25.04.2025-29.06.2026**
- w chodzie sportowym, na podstawie art. 54.7.3, obowiązuje bezwzględne stosowanie przepisu dotyczącego tzw. Penalty Zone (strefy kary), dla zawodników, którzy otrzymali trzy czerwone kartki.
- zawodnik ma prawo startu tylko w tych konkurencjach, w których uzyskał awans.
- kolejność wykonywania prób w ostatnich trzech kolejkach konkursu konkurencji technicznych powinna być odwrotna do kolejności miejsc zajmowanych przez zawodników po trzech pierwszych kolejkach.

Pełna informacja zasad rozgrywania konkurencji zostanie określona w Informacji Technicznej imprezy.

#### 8. Obuwie startowe

Obuwie startowe musi być zgodne z przepisami World Athletics, w kwestii grubości podeszwy oraz liczby i rozmiarów kolców. Procedura sprawdzania obuwia odbywa się w call-roomie przed zawodami, a w uzasadnionych przypadkach w strefie post-event po zakończeniu rywalizacji.

#### 9. Numery startowe

Zawodnicy startują z numerami startowymi zapewnionymi przez organizatora. Osoby nie posiadające prawidłowo umieszczonych numerów startowych przydzielonych przez organizatora nie zostaną dopuszczeni do startu.

Prawidłowe umieszczenie numerów startowych jest następujące:

- w konkurencjach biegowych oraz w konkurencjach technicznych z wyłączeniem skoków (tyczka i wzwyż) obowiązek posiadania 2 numerów startowych (numer z nazwiskiem na klatce piersiowej),
- w skokach wysokich (tyczka i wzwyż) wystarczy 1 numer startowy z nazwiskiem.

#### 10. Zgłoszenia zawodników oraz szkoleniowców

Do 31. Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży - 57. PZLA Mistrzostw Polski U18 obowiązuje wyłącznie System STARTER PZLA.

Imienne zgłoszenia uprawnionych zawodników przesyłają Woj. ZLA w nieprzekraczalnym terminie do **01.07.2025 do godziny 12:00**.

Zgłoszenie do konkurencji jest równoznaczne ze skreśleniem z pozostałych nieuprawnionych konkurencji.

Imienne zgłoszenia uprawnionych szkoleniowców przesyłają kluby w nieprzekraczalnym terminie do **01.07.2025 do godziny 12:00**.

W systemie można zgłosić tylko szkoleniowców z ważnymi licencjami PZLA. Zgłoszenie jest obligatoryjne. Przedstawiciele województw, którzy nie dopełnią formalności nie będą uprawnieni do wejścia do poszczególnych stref rozgrywania 31. Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży - 57. PZLA Mistrzostw Polski U18.

#### 13. Weryfikacja

Na 31. Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży - 57. PZLA Mistrzostwach Polski U18 będzie prowadzone elektroniczne potwierdzenie startu z użyciem TOKENA.

TOKEN można pobrać w panelu klubowym systemu „Starter PZLA” i przekazać przedstawicielowi klubu.

Po zalogowaniu się z użyciem TOKENA można potwierdzić start wybierając TAK lub dokonać wykreślenia wybierając NIE.

Potwierdzenia startu zawodników i zawodniczek należy dokonać WYŁĄCZNIE elektronicznie.

Potwierdzenie lub skreślenie zawodników należy dokonać w następującym terminie i do wyznaczonej godziny:



## REGULAMIN

### 31. OGÓLNOPOLSKA OLIMPIADA MŁODZIEŻY.

#### 57. PZLA MISTRZOSTWA POLSKI U18

- dla startujących w dniu **11 lipca do 10 lipca** do godziny **18:00**,
- dla startujących w dniu **12 lipca do 11 lipca** do godziny **18:00**,
- dla startujących w dniu **13 lipca do 12 lipca** do godziny **18:00**.

Brak elektronicznego potwierdzenia startu z użyciem TOKENA w wyznaczonych terminach będzie skutkować automatyczną weryfikacją na NIE oraz skreśleniem zawodnika z list startowych.

Rezygnacja ze startu po wyznaczonych terminach elektronicznego potwierdzenia startu z użyciem TOKENA nie umożliwia startu kolejnym zawodnikom rezerwowym.

Ponowne zgłoszenie zawodnika zweryfikowanego z użyciem TOKENA na NIE wiąże się z opłatą regulaminową i procedurą jak za zgłoszenie po terminie.

Dopuszczenie do startu zawodnika zgłoszonego po terminie jest możliwe wyłącznie po uzyskaniu zgody Delegatów Technicznych PZLA. Zgłoszenie takie należy przestać drogą mailową na adres [mistrzostwapolski@pzla.pl](mailto:mistrzostwapolski@pzla.pl) z załączonym potwierdzeniem dokonania płatności (numer konta PZLA 30 1240 6247 1111 0010 1836 8892) za zgłoszenie po terminie, w wysokości 500 zł (100 zł za każdego członka zespołu sztafetowego). Przesłanie zgłoszenia wraz z potwierdzeniem dokonania płatności nie zobowiązuje PZLA do wyrażenia zgody na start zawodnika zgłoszonego po terminie. W przypadku niedopuszczenia zawodnika do startu opłata za zgłoszenie po terminie nie będzie zwracana.

Skład zespołu oraz kolejność w zespole sztafetowym muszą być oficjalnie zgłoszone nie później niż opublikowany czas pierwszego wywołania zespołu w wyznaczonym miejscu (miejsce wskazane zostanie w Informacji Technicznej).

#### 14. Procedura pracy bramki zawodniczej - wyprowadzenie zawodników (call room)

Bramka zlokalizowana będzie przy boisku rozgrzewkowym.

| Limit czasu stawienia się na bramce                                                                           | Wyprowadzenie na start |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| w konkurencjach biegowych i w chodzie sportowym na 30 minut przed startem (wyprowadzenie seriami)             | 10' przed startem      |
| w skoku o tyczce 80 minut przed planowaną godziną rozpoczęcia konkurencji                                     | 65' przed startem      |
| w konkurencjach technicznych (oprócz skoku o tyczce) 55 minut przed planowaną godziną rozpoczęcia konkurencji | 35' przed startem      |
| w biegach przez płotki na 35 minut przed planowaną godziną rozpoczęcia konkurencji (wyprowadzenie seriami)    | 20' przed startem      |
| w biegach sztafetowych na 30 minut przed startem (wyprowadzenie seriami)                                      | 15' przed startem      |

Przed wyprowadzeniem na start zawodnicy zobowiązani są do poddania się kontroli obuwia startowego.

Zawodnicy, którzy nie zgłoszą się na bramkę nie będą dopuszczeni do startu.

#### 15. Nagrody

Za zajęcie miejsc 1-3 zawodnicy otrzymują medale.

#### 16. Dekoracja medalowa

Zawodnik przystępujący do ceremonii dekoracji medalowej obowiązany jest nosić dedykowany numer medalowy przygotowany do dekoracji medalowej. Numer medalowy zostanie przekazany zawodnikowi w miejscu przygotowania do dekoracji medalowej przez osoby sprawujące nadzór nad dekoracją. Zawodnik zobligowany jest do umieszczenia go na ubraniu, z przodu, w widocznym miejscu (tj. analogicznie do umiejscowienia numeru startowego).

#### 17. Podział punktów



## REGULAMIN

### 31. OGÓLNOPOLSKA OLIMPIADA MŁODZIEŻY.

#### 57. PZLA MISTRZOSTWA POLSKI U18

Wnioski o podział punktów należy składać do PZLA (podzial@pzla.pl) do dnia **30 czerwca 2025 do 12:00**. Potwierdzeniem przyjęcia wniosku jest mail zwrotny. W przypadku braku potwierdzenia przyjęcia wniosku ewentualne reklamacje nie będą uwzględniane.

#### 18. Punktacja SSM

Punktacja w kategorii wiekowej U18 w ramach SSM obejmuje najwyżej punktowane miejsca zawodnika maksymalnie w dwóch konkurencjach, **biegi przełajowe zaliczane są do łącznej liczby startów**;

Punktuje się 20 miejsc wg. zasady:

|        |    |    |   |     |   |     |      |       |       |       |
|--------|----|----|---|-----|---|-----|------|-------|-------|-------|
| lokata | 1  | 2  | 3 | 4-5 | 6 | 7-8 | 9-10 | 11-12 | 13-16 | 17-20 |
| punkty | 12 | 10 | 8 | 7   | 6 | 5   | 4    | 3     | 2     | 1     |

**w chodzie sportowym kobiet i mężczyzn na 5000 metrów** punktuje się **16 miejsc** wg zasady:

|        |    |    |   |     |   |     |      |       |       |       |
|--------|----|----|---|-----|---|-----|------|-------|-------|-------|
| lokata | 1  | 2  | 3 | 4-5 | 6 | 7-8 | 9-10 | 11-12 | 13-14 | 15-16 |
| punkty | 12 | 10 | 8 | 7   | 6 | 5   | 4    | 3     | 2     | 1     |

Uwaga:

- w sztafetach punkty zostaną przyznane również zespołom, które nie zakwalifikują się do zawodów finałowych. Punkty zostaną przyznane na podstawie ogłoszonej listy rankingowej zgodnie z zapisami punktu 5 d.
- kolejny zespół sztafetowy danego klubu może zostać sklasyfikowany w rankingu pod warunkiem, że wystartował w innym składzie osobowym.

#### 19. Zasady finansowania

Koszty organizacji zawodów pokrywa organizator, koszty uczestnictwa zgodnie z komunikatem organizacyjnym 31. Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży - 57. PZLA Mistrzostw Polski U18.

#### 20. Inne

- Wojewódzkie ZLA proszone są o poinformowanie swoich klubów o treści niniejszego regulaminu.
- Zawodnik przystępując do startu w zawodach oświadcza, że:
  - zapoznał się z treścią niniejszego Regulaminu i zobowiązuje się do jego przestrzegania. Nieprzestrzeganie niniejszego Regulaminu może skutkować wykluczeniem zawodnika ze startu w zawodach lub z udziału w ceremonii dekoracji medalowej,
  - zapoznał się z informacją organizacyjną oraz techniczną i zobowiązuje się do ich przestrzegania. Nieprzestrzeganie ujętych w informacji organizacyjnej i technicznej zasad może skutkować wykluczeniem zawodnika ze startu w zawodach,
  - wyraża zgodę na nieodpłatne utrwalenie wizerunku w formie rejestracji foto i video, a także publikację i udostępnienie wizerunku w dokumentach sprawozdawczych, wydawnictwach oraz w internecie przez Polski Związek Lekkiej Atletyki,
- Zgodnie z art. 38 Ustawy o sporcie z 25 czerwca 2010 r. (Dz. U. z 2018 r. poz. 1669 z późn. zm.) obowiązek ubezpieczenia zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków należy do klubu, którego zawodnik jest członkiem.
- Zawodnicy startujący w 31. Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży - 56. PZLA Mistrzostwach Polski U18 zobowiązani są do występowania podczas zawodów w ubiorach dopuszczonych przez klub (wyklucza się start w ubiorach reprezentacji Polski).

**Ostateczna decyzja w sprawach nieujętych w niniejszym regulaminie  
„31. Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży - 56. PZLA Mistrzostw Polski U18 ”  
należy do Polskiego Związku Lekkiej Atletyki**