



REGULAMIN

97. PZLA MISTRZOSTW POLSKI W BIEGACH PRZEŁAJOWYCH

1. Kierownictwo

Polski Związek Lekkiej Atletyki

2. Termin i miejsce

22 listopada 2025, Lubin / Skwer Zastawnika (tzw. Górka Wieloryb)

3. Organizator

Międzyszkolny Ludowy Klub Sportowy „Sokół” w Lubinie

4. Konkurencje

Rywalizacja indywidualna w 97. PZLA Mistrzostwach Polski w biegach przełajowych odbędzie się z podziałem na kategorie wiekowe i płeć na następujących dystansach:

U18		U20		U23		seniorzy	
kobiety	mężczyźni	kobiety	mężczyźni	kobiety	mężczyźni	kobiety	mężczyźni
2 i 3 km	3 i 5 km	2 i 5 km	3 i 5 km	2 i 6 km	2 i 6 km	2 i 8 km	2 i 8 km

5. Warunki uczestnictwa

W 97. PZLA Mistrzostwach Polski w Biegach Przełajowych w kategoriach senior oraz U23 prawo startu mają wyłącznie obywatele Rzeczypospolitej Polskiej posiadający ważną na sezon 2025 licencję zawodniczą wystawioną przez Polski Związek Lekkiej Atletyki oraz ważne – co najmniej do 22 listopada 2025 – badania lekarskie.

W kategoriach wiekowych objętych Systemem Sportu Młodzieżowego (U18 i U20) prawo startu mają zawodnicy:

- zarejestrowani w Powszechnym Elektronicznym Systemie Ewidencji Ludności (PESEL) lub posiadać obywatelstwo innego państwa Unii Europejskiej i indywidualny i niepowtarzalny identyfikator we właściwym dla danego państwa rejestrze,
- posiadający licencję zawodniczą wystawioną przez Polski Związek Lekkiej Atletyki potwierdzającą uczestnictwo zawodnika we współzawodnictwie sportowym organizowanym przez PZLA,
- ważne – co najmniej do 22 listopada – orzeczenie lekarskie;
- nie posiadający obywatelstwa polskiego, którzy spełniają dodatkowo łącznie następujące warunki:
 - posiadają ważną licencję PZLA przez co najmniej trzy kolejne sezony, (co najmniej od roku 2023),
 - nie reprezentowali barw narodowych swojego kraju na arenie międzynarodowej
 - nie startowali w mistrzostwach kraju, którego są obywatelami

Zawodnicy w kategorii U20, we wszystkich Mistrzostwach Polski U20 objętych punktacją SSM łącznie mają prawo startu w następującej liczbie konkurencji:

- 3 indywidualnych + sztafeta mix,
- 2 indywidualnych i 1 sztafecie + sztafeta mix,
- 1 indywidualnej i 2 sztafetach + sztafeta mix (np. bieg przełajowy, 4x100, 4x400, 4 x 400 mix)



97. PZLA
MISTRZOSTWA POLSKI
W BIEGACH PRZEŁAJOWYCH
LUBIN 2025



REGULAMIN

97. PZLA MISTRZOSTW POLSKI W BIEGACH PRZEŁAJOWYCH

Zawodnicy w kategorii U18, 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.

Obowiązuje podział na kategorie wiekowe:

▪ Seniorzy	wyłącznie obywatele Rzeczypospolitej Polskiej	2002 i starsi
▪ U23	wyłącznie obywatele Rzeczypospolitej Polskiej	2003-2005
▪ U20	obywatele Rzeczypospolitej Polskiej oraz obcokrajowcy posiadający ważną licencję PZLA przez trzy kolejne sezony	2006-2007
▪ U18	obywatele Rzeczypospolitej Polskiej oraz obcokrajowcy posiadający ważną licencję PZLA przez trzy kolejne sezony	2008-2009

U20 – Mistrzostwa Polski U20

Punktacja w kategorii U20 w ramach SSM obejmuje najwyżej punktowane miejsca zawodnika maksymalnie w trzech konkurencjach.

U18 – Mistrzostwa Polski U18

Punktacja w kategorii wiekowej U18 w ramach SSM obejmuje najwyżej punktowane miejsca zawodnika maksymalnie w dwóch konkurencjach.

6. Klasyfikacja drużynowych Mistrzostw Polski

Miano drużynowego mistrza Polski w poszczególnych kategoriach wiekowych zdobywa klub, który zgodnie z poniższymi zasadami zdobędzie:

- w połączonej kategorii SEN i U23 najniższą liczbę punktów
- oddzielnie w kategoriach U20 i U18 najwyższą liczbę punktów

Następne lokaty zajmą kluby, które zdobędą kolejne liczby punktów. Przy jednakowej liczbie punktów o kolejności zespołów decyduje wyższe miejsce ostatniego punktującego zawodnika w zespole, a gdy to nie daje rozstrzygnięcia, to kolejno wyższe miejsce na dystansie dłuższym, a następnie - krótszym.

PZLA Drużynowe mistrzostwa Polski seniorów i U23 w biegach przełajowych

Do klasyfikacji drużynowych mistrzostw Polski seniorów i U23 zalicza się 3 najlepszych lokat ze wszystkich biegów męskich i ze wszystkich biegów kobiet z obu kategorii wiekowych wg. następującej punktacji: 1. miejsce – 1 pkt, 2m. – 2 pkt., ..., itd. (drużynę klubową stanowi 3 najlepszych zawodników na mecie patrząc na obie kategorie wiekowe). Klasyfikacje dla płci są rozdzielne.

PZLA Drużynowe mistrzostwa Polski U20 w biegach przełajowych

Do klasyfikacji drużynowych mistrzostw Polski U20 zawodnicy w każdym biegu otrzymują punkty za miejsca zgodnie z punktacją indywidualną Systemu Sportu Młodzieżowego. O ostatecznym wyniku decydować będzie suma punktów 6 najlepszych zawodników (sumarycznie dla obu płci).

PZLA Drużynowe mistrzostwa Polski U18 w biegach przełajowych





REGULAMIN

97. PZLA MISTRZOSTW POLSKI W BIEGACH PRZEŁAJOWYCH

Do klasyfikacji drużynowych mistrzostw Polski U18 zawodnicy w każdym biegu otrzymują punkty za miejsca zgodnie z punktacją indywidualną Systemu Sportu Młodzieżowego. O ostatecznym wyniku decydować będzie suma punktów 6 najlepszych zawodników (sumarycznie dla obu płci).

7. Zgłoszenia zawodników oraz szkoleniowców

Do 97. PZLA Mistrzostw Polski w Biegach Przełajowych obowiązuje wyłącznie System STARTER PZLA.

System zgłoszeń otwarty będzie do **17 listopada 2025**, do godziny **12:00**.

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 z załączonym potwierdzeniem dokonania płatności (numer konta PZLA 30 1240 6247 1111 0010 1836 8892) za zgłoszenie po terminie, w wysokości 500 zł. 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.

System zgłoszeń dla trenerów otwarty będzie do **17 listopada 2025**, do godziny **12:00**. W systemie można zgłosić tylko szkoleniowców z ważnymi licencjami PZLA. Zgłoszenie jest obligatoryjne.

8. Weryfikacja – potwierdzenia i skreślenia

Na PZLA Mistrzostwach Polski 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:

- dla startujących w dniu **22 listopada (sobota) do 21 listopada do godziny 20:00**.

9. Procedura przedstartowa – ustawienie zawodników na starcie

Zawodnicy na minimum 5 minut przed startem mają obowiązek stawienia się na starcie.

Uwaga: Zawodnicy, którzy nie zgłoszą się w strefie przedstartowej nie będą dopuszczeni do startu.

Zawodnicy nie posiadający dwóch prawidłowo umieszczonych numerów startowych, przydzielonych przez organizatora nie będą dopuszczeni do startu (numer z nazwiskiem na klatce piersiowej).

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

10. Numery startowe

Zawodnik ma obowiązek posiadania 2 numerów startowych (numer z nazwiskiem na klatce piersiowej).

11. Weryfikacja obuwia

Obuwie startowe musi być zgodne z przepisami World Athletics. Przed startem kluby/zawodnicy będą zobowiązani do dostarczenia oświadczenia dot. obuwia.

12. Nagrody

W ramach rywalizacji w 97. PZLA Mistrzostw Polski w biegach przełajowych przewidziano następujące nagrody:

- w indywidualnej rywalizacji mistrzostw Polski w poszczególnych kategoriach wiekowych za zajęcie miejsc 1-3 zawodnicy otrzymują medale,



97. PZLA
MISTRZOSTWA POLSKI
W BIEGACH PRZEŁAJOWYCH
LUBIN 2025



REGULAMIN

97. PZLA MISTRZOSTW POLSKI W BIEGACH PRZEŁAJOWYCH

- w klasyfikacji drużynowej mistrzostw Polski seniorów oraz U23 kobiet i mężczyzn za zajęcie miejsc 1-3 zawodnicy otrzymują medale (dekorowanych jest 5 najlepszych zawodników drużyny),
- w klasyfikacji drużynowej mistrzostw Polski U18 i U20 za zajęcie miejsc 1-3 zawodnicy otrzymują medale (dekorowanych jest 6 najlepszych zawodników drużyny),
- w klasyfikacji drużynowej mistrzostw Polski za zajęcie miejsc 1-3 kluby sportowe otrzymują puchary.

Organizator w klasyfikacjach indywidualnych przewiduje nagrody finansowe dla medalistów.

13. Dekoracja medalowa

Zawodnik przystępujący do ceremonii dekoracji medalowej zobowiązany 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 umieszczenia numeru startowego).

14. Punktacja SSM

Zgodnie z decyzją Ministerstwa Sportu i Turystyki w ramach rywalizacji w 97. PZLA Mistrzostw Polski w biegach przełajowych prowadzona będzie punktacja w Systemie Sportu Młodzieżowego dla kategorii wiekowej U20 i U18. Punktacja będzie zgodna z regulaminem Systemu Sportu Młodzieżowego 2025.

15. Podział punktów SSM

Wnioski o podział punktów należy składać do PZLA (podzial@pzla.pl) do dnia **17 listopada 2025 r.** do **12:00**.

16. Zasady finansowania

Koszty organizacji zawodów pokrywa organizator, koszty uczestnictwa ponoszą zgłaszające kluby.

17. Inne

- ✓ Woj. 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.
- ✓ W zawodach wyklucza się start w ubiorach reprezentacji Polski.

Ostateczna decyzja w sprawach nieujętych w niniejszym regulaminie

„97. PZLA Mistrzostw Polski w Biegach Przełajowych” należy do Polskiego Związku Lekkiej Atletyki



97. PZLA
MISTRZOSTWA POLSKI
W BIEGACH PRZEŁAJOWYCH
LUBIN 2025