



Zasady kwalifikacji

Mistrzostwa Europy w biegach Off-Road

European Athletics Off-Road Running Championship 5-7.06.2026r

Ljubljana-Kamnik/Słowenia

I. Maksymalna liczba zawodników w kadrze reprezentacji Polski na Mistrzostwa Europy w biegach Off-Road 2026

	maksymalna liczba zawodników
Kobiety	16
Mężczyźni	16
Razem	32

Poniższa tabela przedstawia maksymalną liczbę dostępnych miejsc dla poszczególnych konkurencji podczas Mistrzostw Europy w biegach Off-Road 2026

Kobiety	Konkurencja	Mężczyźni
4	Trail Race 51,6km +-2500m	4
4	Up & down mountain race 13,1km +-825m	4
4	Uphill Race 8,9km +1280m -80m	4
4	Up & down U20 mountain race 5,7km +-325m	4
4*	Uphill U20 mountain race 3,8km +425m -20m	4*

* w biegu Uphill U20 mountain race mogą wystartować Mistrzowie Polski biegu Up & down U20 mountain race

II. Kryteria kwalifikacyjne

Zgodność z regulaminami PZLA i innymi przepisami WA i EA

Wszyscy zawodnicy muszą respektować i stosować się do aktualnie obowiązujących przepisów i regulaminów Polskiego Związku Lekkiej Atletyki, European Athletics oraz World Athletics.



Tylko zawodnicy posiadający aktualną, opłaconą licencję zawodniczą PZLA i aktualne badania lekarskie w momencie uzyskiwania kwalifikacji mogą uzyskać nominację do Reprezentacji Polski na Mistrzostwa Europy w biegach off-road.

Certyfikat „I Run Clean”

Aby móc uczestniczyć w Mistrzostwach Europy w biegach off-road zawodnicy muszą posiadać aktualny certyfikat „I Run Clean”. Więcej informacji oraz ścieżka certyfikacji znajdują się pod adresem: <https://www.irunclean.org> (również w wersji polskojęzycznej)

III. Zasady kwalifikacji

Biegi kwalifikacyjne

konkurencja	bieg kwalifikacyjny	okres kwalifikacji
Trail Race	Pieniny Ultra Trail Szczawnica	23-26.04.2026r
Up & down mountain race	Pieniny Ultra Trail Szczawnica	23-26.04.2026r
Uphill mountain race	Pieniny Ultra Trail Szczawnica	23-26.04.2026r
Up & down U20 mountain race / Uphill U20 mountain race	X-Run Szczyrk	12.04.2026r

Normy kwalifikacyjne

Kobiety	Konkurencja	Mężczyźni
Zwycięzcy Mistrzostw Polski Short Trail Zawodniczki z miejsc 2-4 biegu Mistrzostw Polski, pod warunkiem uzyskania w biegu minimum 735 punktów ITRA	Wielka Prehyba 43,5km (+2060)	Zwycięzca Mistrzostw Polski Short Trail Zawodnicy z miejsc 2-4 Mistrzostw Polski pod warunkiem uzyskania w biegu minimum 860 punktów ITRA
Zwycięzcy Mistrzostw Polski Mountain Classic Zawodniczki z miejsc 2-4 Mistrzostw Polski pod warunkiem uzyskania w biegu minimum 725 punktów ITRA	Hardy Rolling 12,9km (+610m -660m)	Zwycięzca Mistrzostw Polski Mountain Classic zawodnicy z miejsc 2-4 Mistrzostw Polski warunkiem pod warunkiem uzyskania w biegu minimum 850 punktów ITRA
Zwycięzcy Mistrzostw Polski Uphill Race	Lubań Vertical 6,7km	Zwycięzca Mistrzostw Polski Uphill Race

zawodniczki z miejsc 2-4 biegu Mistrzostw Polski pod warunkiem uzyskania w biegu minimum 725 punktów ITRA	(+880m -90m)	Zawodnicy z miejsc 2-4 Mistrzostw Polski pod warunkiem uzyskania w biegu minimum 850 punktów ITRA
Zwyciężczynie Mistrzostw Polski Up & down U20 mountain race 3 zawodniczki z miejsc 2-4, pod warunkiem uzyskania w biegu minimum 615 punktów ITRA	X-Run Szczyrk 5,5km (+-420)	Zwycięzca Mistrzostw Polski Up & down U20 mountain race 3 zawodników z miejsc 2-4, pod warunkiem uzyskania w biegu minimum 725 punktów ITRA

***W biegu Trail Race istnieje możliwość wysłania pełnego zespołu na podstawie średniej zespołu powyżej 740pkt ITRA kobiety i 865pkt ITRA mężczyźni, po zatwierdzeniu przez dział szkolenia PZLA.**

***Istnieje możliwość wysłania pełnego zespołu w konkurencji, w której Polska broni medalu zdobytego na ostatnich ME.**

***W przypadku rezygnacji jednego z zawodników w skład zespołu może wejść zawodnik z kolejnego miejsca na Mistrzostwach Polski pod warunkiem spełnienia kryterium średniej zespołowej lub minimum indywidualnego.**

***Skład może być powołany zgodnie z regułą EA 1102.2.5 jeśli tak zdecyduje organizator ME.**

IV. Zatwierdzenie Kadry Narodowej

Po zakończeniu okresu kwalifikacji Polski Związek Lekkiej Atletyki potwierdza liczbę zawodników, którzy osiągnęli normy kwalifikacyjne. Lista zakwalifikowanych zawodników zostanie opublikowana na stronie www.pzla.pl po zatwierdzeniu przez zarząd PZLA do dnia 5 maja 2026.

Zawodnicy, do dnia 8 maja 2026, muszą poinformować PZLA o zamiarze rezygnacji ze startu w Mistrzostwach Europy w biegach off-road. Powiadomienie musi zostać wysłane na adres pawel.jesien@pzla.pl oraz trenerandrzejorlowski@gmail.com

Zawodnicy, którzy zrezygnują z uczestnictwa w Mistrzostwach Europy w biegach off-road i nie zgłoszą tego faktu w terminie o którym mowa powyżej zostaną obciążeni kosztami poniesionymi przez PZLA z tytułu uczestnictwa w Mistrzostwach Europy.

Ostateczną decyzję o powołaniu do reprezentacji na Mistrzostwach Europy Off-Road podejmuje Zarząd PZLA na wniosek Zespołu Szkoleniowego PZLA.



Zawodniczki/Zawodnicy zakwalifikowani do Reprezentacji Polski na Mistrzostwa Europy, na dystansie Trail Race zobowiązują się do rezygnacji ze startów dłuższych niż 2h w terminie 2tyg przed ME.

V. Finansowanie

Koszty wysłania zawodników kadry narodowej na Mistrzostwa Europy w biegach off-road 2026 Ljubljana-Kamnik/SLO pokryte zostaną z dotacji właściwej Ministerstwa Sportu i Turystyki na zasadach określonych przez Ministerstwo w Programie wspierania sportów nieolimpijskich. Wysokość dofinansowania zostanie ustalona przez Departament Sportu Wyczynowego. PZLA pokryje koszty transportu, zakwaterowania i wyżywienia podczas Mistrzostw Europy w biegach off-road 2026

