

## 29. Mistrzostwa Polski Masters w Pięciobojach Rzutowych i Pięcioboju Klasycznym

### 6. Mistrzostwa Polski Lekarzy w Pięciobojach Rzutowych i Pięcioboju Klasycznym

### 6. Mistrzostwa Polski Masters w Trójboju Sprinterskim + Miting Ia Toruń 5.06.2021

#### KOMUNIKAT ORGANIZACYJNY

#### **MIEJSCE:**

Stadion Miejski im. G. Duneckiego ul. Bema 23/29 w Toruniu

#### **ORGANIZATOR:**

Polski Związek Lekkiej Atletyki Masters: 87-100 TORUŃ, ul. Gen. J. Bema 23/29, biuro@pzlam.pl

#### **WSPÓŁORGANIZATORZY:**

- Naczelna Izba Lekarska
- Kujawsko - Pomorska Okręgowa Izba Lekarska

#### **ZGŁOSZENIA:**

Zgłoszenia on line poprzez stronę :pzlam.pl lub wypełnioną kartę zgłoszenia ( pocztą ) lub „skan” e-mail) wraz z kserokopią dowodu dokonania opłaty należy przesłać na adres: PZLAM, Bema 23/29 w Toruniu w nieprzekraczalnym terminie **do 30.05.2021r.** Decyduje data dotarcia karty zgłoszenia do PZLAM.

**Organizatorzy nie przewidują możliwości zgłaszania się do startu po wyżej podanym terminie!**

Wzór karty zgłoszenia – w załączeniu na końcu niniejszego komunikatu. Karty Zgłoszenia są dostępne również w siedzibie Związku w Toruniu oraz na stronie internetowej: [www.pzlam.pl](http://www.pzlam.pl)

#### **OPŁATY:**

Wysokość opłat startowych podano w karcie zgłoszenia, warunkiem umieszczenia na liście startowej jest dokonanie opłaty na konto: **BANK MILLENNIUM SA 39 1160 2202 0000 0000 6171 8777**

**NAGRODY:** 1. **MPM** - medale dla 3 najlepszych w każdej kategorii wiekowej, dyplomy dla wszystkich, puchary i nagrody książkowe dla najlepszych w kategorii „open”  
2. **MPLekarzy**. medale dla 3 najlepszych w konkurencji w kat. „open”, puchary i nagrody **książkowe** dla najlepszych zawodników MPL

**ZAKWATEROWANIE i wyżywienie:** we własnym zakresie. Przewidujemy posiłek na stadionie po zakończeniu wieloboju „A” (dla chętnych - po zamówieniu przy zgłoszeniu do zawodów)

Propozycje zakwaterowania:

- Hotel „Meeting” ( Hala Sp.), ul. J. Bema 73-89, tel. 56 665 00 50
- Hotel Uniwersytecki ( Gim. Akad.) ul Szosa Chełmińska 83, 56 611 28 01
- Hotel „Tramp” ul. Kujawska 14, tel. 56 654 71 87, [tramp@mosir.torun.pl](mailto:tramp@mosir.torun.pl)

#### **RAMOWY PROGRAM ZAWODÓW:**

Dopuszcza się możliwość zmian. Ostateczny na kilka dni przed zawodami dostępny na [www.pzlam.pl](http://www.pzlam.pl)

Pięciobój „A” kobiet i mężczyzn: (młot, kula, dysk, oszczep, ciężarek),

Wieloboje „B” tylko dla M - suma rzutów ciężarkami: 5-bój, 4-bój lub 3-bój zgodnie z kat. wieku

Pięciobój klasyczny K i M – skok w dal, oszczep, 200 m, dysk, K-800 m, M – 1500 m

Trójbój sprinterski ( 60m – 100m – 200m )

Miting K + M Biegi: płotki krótkie, 100, 200, 400, 800, 1500 i 5 000m, skoki w dal, wzwyż, tyczka

Godz. 7.30 - praca sekretariatu zawodów, weryfikacja sprzętu (8.00 do 8.45)

Godz. 8.45 - oficjalne otwarcie zawodów,

Godz. 9.00 - rozpoczęcie pierwszych konkurencji – Pięciobój A

Godz. 11.00 - rozpoczęcie mityngu

Godz. 12.00 - rozpoczęcie Pięcioboju Klasycznego

Godz. 12.25 - rozpoczęcie Trójboju sprinterskiego

Godz. 15.00 - rozpoczęcie Wielobojów „B”

Regulamin techniczny:

1. Klasyfikacja końcowa w MPM odbywać się będzie w każdej kategorii wiekowej kobiet i mężczyzn
2. Lekarze mogą być klasyfikowani (o ile spełniają kryteria dla sportu masters) zarówno w MPL, jak i MPM. W MPL oddzielnie dla każdej płci w poszczególnych konkurencjach w kat. „open”.
3. Zawodnicy (mężczyźni) mają prawo wystartować w wielobojach A i B. W każdej konkurencji wielobojowej obowiązują trzy próby.
4. Podanie niewłaściwej kategorii wiekowej spowoduje dyskwalifikację.
5. Wspólna dekoracja zwycięzców odbędzie się ok. 15 minut po zakończeniu wieloboju.
6. Organizatorzy zapewniają opiekę medyczną.
7. Zawody odbędą się zgodnie z regulaminem i przepisami zawodów w lekkiej atletyce stosowanymi przez WA i WMA oraz przepisami bezpieczeństwa związanymi z organizacją zawodów w czasie pandemii.

**29. Mistrzostwa Polski Masters w Pięciobojach Rzutowych i Pięcioboju Klasycznym**  
**6. Mistrzostwa Polski Lekarzy w Pięciobojach Rzutowych i Pięcioboju Klasycznym**  
**6. Mistrzostwa Polski Masters w Trójboju Sprinterskim**  
**Toruń 5.06.2021 r.**

**KARTA ZGŁOSZENIA**

Nazwisko:				Imię:		
Data urodzenia: >>>	Dzień:	Miesiąc:	Rok:	Płeć: K/M	Kategoria wiekowa	Lekarz Tak/ nie
Adres do korespondencji: Województwo						
Tel.			E-mail:			

**Kategorie wiekowe: co pięć lat** – o zakwalifikowaniu do poszczególnych kategorii wiekowych decyduje **dokładna data urodzenia w odniesieniu do dnia rozpoczęcia mistrzostw.**

W poszczególnych kategoriach mogą startować osoby, które **ukończyły** np. 35, 40, 45, itd. lat.

Np. kobieta, która urodziła się **6.06.1971 r.** i w dniu rozpoczęcia Mistrzostw Polski

tj. **5.06.2021 r.** nie ukończyła 50 lat - zostanie zakwalifikowana do kategorii K45.

Konkurencje w ramach **MITINGU** – K i M: płotki krótkie, 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1 500 m, 5 000 m, skok o tyczce, wzwyż, w dal.

Wybrane konkurencje należy podkreślić i wpisać kwotę do poniższej tabelki w poz. 7. „Miting” a opłatę startową przelać na konto: **39 1160 2202 0000 0000 6171 8777**

**OPŁATY**

1. WIELOBÓJ „A”	35,00 PLN	
2. 5-bój ciężarkowy „B”	35,00 PLN	
3. 4-bój ciężarkowy „B”	30,00 PLN	
4. 3-bój ciężarkowy „B”	25,00 PLN	
5. Pięciobój klasyczny	35,00 PLN	
6. Trójbój Sprinterski	25,00 PLN	
7. Miting ( liczba konkurencji ) .....X	20,00 PLN	
8. Obiad	25,00 PLN	
	<b>RAZEM:</b>	

**OŚWIADCZENIE**

Oświadczam, że jestem zdrowy i odpowiednio przygotowany do udziału w zawodach lekkoatletycznych.

Zwalniam organizatorów zawodów z odpowiedzialności za ewentualne kontuzje, uszkodzenia ciała, utratę sprawności oraz utratę własności, których mogę doznać w trakcie lub w związku z zawodami.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zgodnie z Ustawą z 10.05.2018 r. o ochronie danych osobowych opublikowaną w Dz.U. 2018 poz.1000 z dnia 25.05.2018 r. i RODO.

.....  
miejscowość i data

.....  
podpis