

# INDOOR TRACK RUN 2021

- I. **TERMIN:** 18.12.2021r. **GODZINA 14.00** (start pierwszej konkurencji)
- II. **MIEJSCE:** Hala Rudzkiego Klubu Sportowego w Łodzi ul. Rudzka 37
- III. **ORGANIZATOR:** ZABIEGANI w ŁODZI
- IV. **WYKONAWCA:** TIME4S Radosław Sekieta 501 894 154, [biuro@time4s.pl](mailto:biuro@time4s.pl)
- V. **KONKURENCJE:** K – 60m,200m,400m,800m,1500m,3000m,w dal,wzwyż,4x200m  
M – 60m,200m,400m,800m,1500m,3000m,w dal,wzwyż,4x200m

**Aby konkurencja się odbyła musi zgłosić się do niej minimum trzech zawodników do zamknięcia panelu zgłoszeń.**

- VI. **UCZESTNICTWO:** do udziału w zawodach upoważnione są wszystkie kategorie wiekowe. Wskazane jest posiadanie badań lekarskich. Numer startowy oraz agrafki otrzyma każdy zawodnik, który dokona rejestracji na minimum jedną konkurencję – numer startowy jest nadawany dla uczestnika do wszystkich konkurencji.
- VII. **ZGŁOSZENIA:** do 15.12.2021r. do godziny 21.00 pod adresem <https://time4s.pl/kalendarz>

**Wpisowe płatne jest na konto:  
TIME4S Radosław Sekieta  
05 1140 2004 0000 3802 7585 3040  
Ul.Ciasna 4m1  
93-547 Łódź  
NIP 728-236-13-55  
REGON 473290840**

**Opłata startowa tytułem: INDOOR TRACK RUN 18.12 (imię i nazwisko) oraz ilość konkurencji. Płatności elektroniczne obsługiwane są przez PAYU.**

- VIII. **ZASADY KWALIFIKACJI:** w biegach na 60 m, rozegrane zostaną eliminacje i finał. Awans do finału – 6 najlepszych czasów z eliminacji. W przypadku dużej liczby uczestników istnieje możliwość na rozegranie finałów B. W pozostałych konkurencjach biegowych - serie na czas, w skoku w dal każdemu zawodnikowi przysługują 4 próby
- IX. **OPŁATY:** opłata startowa wynosi 10zł za każdą konkurencję. Zwrot środków możliwy do dnia 15.12.2021 z potrąceniem 5% wpłaconej kwoty związanej z kosztami administracyjnymi. W przypadku chęci otrzymania FV prosimy o

**wysłanie danych na maila [biuro@time4s.pl](mailto:biuro@time4s.pl) wraz z potwierdzeniem opłaty startowej. Sztafety zgłoszenie i opłata 20zł w dniu zawodów.**

- X. **INNE:** startujący ubezpiecza się we własnym zakresie. W zawodach może wziąć udział każdy zawodnik, który: zgłosi się przy pomocy formularza zgłoszeniowego, wniesie opłatę startową oraz w dniu zawodów wypełni informacje związane ze stanem zdrowia dotyczące zagrożenia zarażeniem wirusem COVID-19 , osoby niepełnoletnie startują za zgoda i przy obecności opiekuna prawnego. Polityka ochrony danych osobowych RODO dostępna na stronie [www.time4s.pl](http://www.time4s.pl) pod linkiem  
<https://time4s.pl/uploads/rodo-5fac590f5609f.pdf>

Wszelkie uwagi oraz reklamacje prosimy kierować na adres [biuro@time4s.pl](mailto:biuro@time4s.pl) postaramy się niezwłocznie odpowiedzieć na wszystkie wasze wątpliwości.

- XI. **POMIAR CZASU: SLANDI**
- XII. **Kierownik zawodów – Radosław Sekieta tel. 501 894 154**
- XIII. **NAGRODY: nagród nie przewiduje się.**
- XIV. **Szczegółowy program minutowy: zostanie opublikowany po zamknięciu listy zgłoszeń na stronach <https://time4s.pl/kalendarz> oraz <https://www.facebook.com/Indoor-Track-Run-1648004412123172/>**

### **UWAGA!**

**Wszystkich uczestników testów oraz trenerów i sędziów obowiązuje obuwie zmienne. Do zaznaczania rozbiegów zawodnicy mogą używać znaczników i taśm samoprzylepnych. Obowiązuje bezwzględny zakaz używania kredy. Każda ewentualna zmiana w bazie może nastąpić tylko za pisemną zgodą kierownika zawodów. Zawodnicy zgłoszeni do zawodów niezgodnie z regulaminem nie będą dopuszczeni do startu. W związku z obecną sytuacją pandemii COVID-19 zwracamy się z uprzejmą prośbą do wszystkich uczestników o stosowanie się do aktualnie obowiązujących przepisów i zaleceń w tym zakrywania nosa i ust w strefie tzw ogólnej (poza areną sportową), dezynfekcji rąk bezpośrednio po wejściu na teren obiektu. W związku z aktualnymi zaleceniami w formularzu rejestracyjnym obowiązkowe będzie potwierdzenie posiadania licencji zawodniczej w innym przypadku rejestracja nie będzie możliwa. Zawody odbywają się bez udziału publiczności. Planowana jest transmisja online z imprezy.**

## **PROGRAM MINUTOWY**

### **I SESJA ZAWODÓW**

**13.00** Otwarcie obiektów RKS Łódź oraz biura zawodów  
**14.00** 60 m K **14.00** w dal K  
**14.30** 60 m M  
**15.10** 60 m K **FINAŁ B**  
**15.13** 60 m K **FINAŁ A**  
**15.16** 60 m M **FINAŁ B**  
**15.19** 60 m M **FINAŁ A**  
**15.25** 3000 m K **15.20** wzwyż K + M  
**15.35** 3000 m M

**PRZERWA TECHNICZNA 15'**

### **II SESJA ZAWODÓW**

**16.00** 800 m K  
**16.10** 800 m M  
**16.20** 1500 m K **16.20** w dal M  
**16.30** 1500 m M  
**16.40** 400 m K  
**17.00** 400 m M  
**17.20** 200 m K  
**17.45** 200 m M  
**18:10** 4x200m