

Regulamin ogólny Małopolska Liga Lekkoatletyczna

1. Warunki uczestnictwa:

- a) Do Małopolskiej Ligi Lekkoatletycznej (dalej: MML) mogą przystąpić kluby posiadające ważną licencje PZLA na 2024 rok,
- b) W MML prawo startu mają zawodnicy/zawodniczki posiadający ważną licencje PZLA na 2024 rok,
- c) Drużynę reprezentującą dany klub mogą stanowić zawodnicy/zawodniczki w kategoriach wiekowych U12-U14-U16,
- d) Klub ma prawo wystawić dowolną liczbę zawodników i sztafet,
- e) Zawodnik/zawodniczka ma prawo startu w jednej konkurencji i sztafecie.

2. Program zawodów:

- a) Zawody podzielone są na 4 bloki lekkoatletyczne oraz sztafetę:
 - Blok sprinterski (100m, 300m, 80m ppł, 110m ppł, 300m ppł),
 - Blok skocznościowy (w dal, wzwyż),
 - Blok wytrzymałościowy (600m, 1000m),
 - Blok rzutowy (pchnięcie kulą (3 kg, 5kg), rzut oszczepem (500 g/600g), piłeczka palantowa),
 - Sztafeta MIX 4*100m,
- b) Rozstaw i wysokość płotków jak dla kategorii wiekowej U16,
- c) Biegi rozgrywane w seriach na czas,
- d) W konkurencjach technicznych po 4 próby.
- e) Pozostałe ustalenia wynikać będą z zapisów regulaminów szczegółowych poszczególnych rzutów MLL.

3. Punktacja:

- a) osiągnięte w bezpośredniej rywalizacji wyniki przelicza się na punkty wg tabel punktowych. (załącznik nr 1),
- b) na wynik drużyny składa się 9 (lub mniej) wyników tj. po 2 najlepsze wyniki z każdego z bloków (szybkościowy, wytrzymałościowy, skocznościowy, rzutowy) oraz sztafety,
- c) przy jednakowej liczbie punktów uzyskanych przez kluby zajmujące miejsca od I do III o wyższej lokacie decydują wynik przeliczony na punkty najlepszego zawodnika jeżeli to nie wyłoni I – III miejsca to kolejno wyniki kolejnych zawodników.