

Kelt: Budapest, 2023.03.30.

## **U16 és U14 Területi Liga Verseny 2023**

### **Nyugati terület**

### **1. forduló**

#### **1. A verseny helye és ideje:**

**2800 Tatabánya, Szent Borbála út 1.**  
**2023. május 13-14 (szombat-vasárnap)**

Rúdugrások:

**MATE Atlétikai Centrum 2100 Gödöllő, Páter Károly utca 1.**

**2023. 05. 12. (péntek)**

#### **2. A bajnokság rendezője:**

A Magyar Atlétikai Szövetség és a Tatabányai Sport Club.

#### **3. A bajnokság célja:**

Az atlétika sportág népszerűsítése, a felkészülési- és a versenyzési lehetőségek bővítése.

U16 korosztályban bejutási lehetőség a szabadtéri egyéni bajnokságra.

#### **4. Díjazás:**

Az 1-3. helyezettek éremdíjazásban részesülnek.

#### **5. Versenybíróság:**

Elnöke: Hoffer Krisztina  
Irányítója: Bogár Lilla  
Technika vezetője: Balogh Róbert  
Titkára: Kutnyánszky Janka

#### **6. Résztvevők:**

A Nyugati terület megyéinek (Fejér megye, Győr-Moson-Sopron megye, Komárom-Esztergom megye, Somogy megye, Vas megye, Veszprém megye, Zala megye) közigazgatási területén működő (székhellyel rendelkező) sportszervezetek azon **U16 (2008-ban és 2009-ben születettek) és U14 korosztályú (2010-ben és 2011-ben születettek)** atléták, akik a MIR-ben érvényes versenyengedéllyel és sportorvosi igazolással rendelkeznek, valamint az egyesületük a nevezési határidő lejártáig benevezte őket.

## **7. Versenyszámok:**

### **U14:**

**Fiú:** 80 m, 300 m, 600 m, 2000 m, 60 m gát (68 cm, 6 gát, 12,00-7,75-9,25), 200 m gát (68 cm, 10 gát, 21,46-18,28-14,02), 1000 m akadály (76,2 cm, 8 akadály, vizesárok nélkül), 3000 m gyaloglás, magasugrás, rúdugrás, távolugrás (60 cm elugrósáv), ötösugrás (helyből), súlylökés (3 kg), diszkoszvetés (0,75 kg), kalapácsvetés (3 kg), gerelyhajítás (500g), sípoló rakéta hajítás

**Leány:** 80 m, 300 m, 600 m, 2000 m, 60 m gát (68 cm, 6 gát, 11,50-7,50-11,00), 200 m gát (68 cm, 10 gát, 21,46-18,28-14,02), 1000 m akadály (76,2 cm, 8 akadály, vizesárok nélkül), 3000 m gyaloglás, magasugrás, rúdugrás, távolugrás (60 cm elugrósáv), ötösugrás (helyből), súlylökés (2 kg), diszkoszvetés (0,75 kg), kalapácsvetés (2 kg), gerelyhajítás (500g), sípoló rakéta hajítás

### **U16:**

**Fiú:** 100 m, 300 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 100 m gát (83,8 cm, 10 gát, 13,00-8,50-10,50), 300 m gát (76,2 cm, 7 gát, 45-35-45), 1500 m akadály (76,2 cm, 12 ak. + 3 vizesárok), 5000 m gyaloglás, magasugrás, rúdugrás, távolugrás, ötösugrás (korlátozott nekifutásból), súlylökés (4 kg), diszkoszvetés (1 kg), kalapácsvetés (4 kg), gerelyhajítás (600g), sípoló rakéta hajítás (csak a területi liga versenyeken indított versenyszám)

**Leány:** 100 m, 300 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 80 m gát (76,2 cm, 8 gát, 12,50-8,00-11,50), 300 m gát (76,2 cm, 7 gát, 45-35-45), 1500 m akadály (76,2 cm, 12 ak. + 3 vizesárok), 3000 m gyaloglás, magasugrás, rúdugrás, távolugrás, ötösugrás (korlátozott nekifutásból), súlylökés (3 kg), diszkoszvetés (1 kg), kalapácsvetés (3 kg), gerelyhajítás (500g), sípoló rakéta hajítás (csak a területi liga versenyeken indított versenyszám)

## **8. Nevezés:**

### **A nevezés módja:**

**Kizárólag előnevezéssel a MIR-ben lehetséges!**

**Nevezés indul: 2023.05.01. 00:00**

**Nevezés zárul: 2023.05.08. 23:59**

**Helyszíni nevezés nem lehetséges!**

### **Nevezési díj:**

U16 és U14: 1 000 Forint / fő / versenyszám

### **A nevezési díj megfizetésének módja:**

Átutalással számla ellenében, az elfogadott nevezések után.

**QB:**

QB a futambeosztások és csoportbeosztások alapjául szolgáló, 2021.01.01-től a nevezési határidőig elért fedettpályás, vagy szabadtéri eredmény az adott versenyszámban.

Kérjük, nevezéskor ellenőrizték a nevezéshez tartozó eredményt, mert a futamokba ezek alapján kerülnek besorolásra a versenyzők.

Bármilyen észrevételt, vagy kiegészítő információt kérjük a [versenyiroda@atletika.hu](mailto:versenyiroda@atletika.hu)-ra küldött e-mailben jelezzék, a nevezési határidő lejártáig!

Ezen határidő lejárta után reklamációt nem áll módunkban elfogadni!

**Korlátozások:**

Ezen korosztály versenyzője **két nap alatt** összesen maximum **3** versenyszámban indulhat, a váltófutással együtt.

Egy nap maximum két versenyszámban lehetséges az indulása.

Amennyiben a versenyző 300 m vagy annál hosszabb futószámban nevezve van egy adott napon, arra a napra más 300 méternél hosszabb futószámra már nem adhat le nevezést. (Tehát ügyességi számban lehetséges az indulása)

**9. Jelentkezés:**

Helye: Ugrócsarnok

A versenyszám kezdete előtt **75 perccel** lezárul.

**FIGYELEM!**

A versenyző a versenyen való további részvételből (beleértve azokat a versenyszámokat is, amelyekben egyidejűleg versenyzik, és a váltószámokat is) kizárásra kerül, amennyiben:

- nem indul el egy versenyszámban, amelyre jelentkezett, vagy magasabb futamba került és azon fordulóban már nem indul el;
- nem jelenik meg a Call Room-ban a megadott legkésőbbi megjelenési időpontig azon versenyszám előtt, amelynek a rajtlistáján szerepel a neve;
- megjelenik a Call Room-ban, de végül nem tesz kísérletet ügyességi számban vagy nem rajtol el futó- vagy gyalogló szám esetén;
- nem becsületesen, jóhiszeműen („bona fide”) versenyzik.

**Többnapos verseny esetében a kizárás az újabb versenynap(ok)ra is vonatkozik és érvényben marad.**

Azonban elfogadható a versenyző vizsgálatán alapuló orvosi igazolás a szervezők által kijelölt orvostól arról, hogy a versenyző a jelentkezés, vagy egy korábbi forduló után nem tudja vállalni a versenyzést, de a verseny egy következő napján már rajthoz tud állni (kivéve a többpróba versenyek egyéni számaikat).

## 10. Bemelegítés:

A futófolyosón, illetve a dobószámok esetében a dobópálya oldalsó füves területén.

## 11. Call room:

**Helye:** Ugrócsarnokban, illetve a dobószámok esetében a dobópályán

Megjelenés a Call room-ban a megadott legkésőbbi megjelenési időpontig és az onnan történő versenybíró általi bevezetés - **kizárás terhe mellett** - kötelező!

	legkésőbbi megjelenés a Call Room-ban a versenyszám kezdete előtt	a versenyszám helyszínén rendelkezésre álló idő a Call Room-ból történt bevezetést követően
Futószámok, gyaloglások:	10 perccel	5 perc
Gátfutások:	15 perccel	7 perc
Ügyességi számok:	30 perccel	25 perc
Rúdugrás:	55 perccel	50 perc

### Call roomra vonatkozó egyéb információk

- A részletes Call Room időpontok a kiírás végén kerülnek feltüntetésre, a nevezések lezárultát követően.
- A Call Room-ban szűrőpróbaszerű cipőellenőrzést végzünk a Word Athletics honlapján található legfrissebb lista alapján (<https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/technical-information>). Amennyiben egy versenyző olyan cipőben szeretne versenyezni, amely nincs rajta a listán, kérjük, hogy a modell pontos megnevezését és egy fényképet küldjön meg a versenyiroda@atletika.hu e-mailcímre a nevezési határidőig.
- A Call Room-ban nem kerülnek elvételre a segítségnek minősülő, a versenyterületen nem használható elektronikus eszközök (pl. fülhallgató, videó, rádió, mobil telefon vagy más hasonló készülék), azonban minden versenyző figyelmét felhívják, hogy tegyék el a táskájukba és a versenyterületen nem engedett elővenni és/vagy használni, mert az figyelmeztetést/kizárást vonhat maga után.
- Ha egy versenyzőt egyidejűleg zajló futó-, illetve ügyességi számra, vagy több egy időben zajló ügyességi számra neveztek, a Call Room-ban és az adott ügyességi szám vezetőbírója számára is jelezze ezt.

## **12. Dobószámokra vonatkozó előírások:**

### **Saját dobószers:**

Használata hitelesítés után megengedett.

Leadás és visszavétel a Szerhitelesítés számára kialakított helyen.

### **Szerhitelesítés:**

Helye: Dobópálya

A dobószereket hitelesítésre legkésőbb **90 perccel** a versenyszám kezdete előtt le kell adni.

### **Sípoló rakéta hajítás:**

A gerelyhajítás szabályainak megfelelő végrehajtás. A területi fordulókban egy versenyző nem indulhat a gerelyhajítás és a sípoló rakéta dobásban is, csak az egyik számban.

## **13. Ugrószámokra vonatkozó előírások:**

A kezdőmagasságok és a magasságemelések a helyszínen kerülnek eldöntésre.

**Ötösugrás helyből (U14):** Az ugrást helyből kell végrehajtani, lehet páros lábbal indulva, de lehet harántterpeszállásból is. Az utóbbinál a súlypontot annyira lehet hátra vinni, hogy az elugró láb sarka nem emelkedhet el a talajról. Az ugrásokat váltott lábbal kell végrehajtani.

Az ugrást a leérkező helytől a fiúknál és a leányoknál egyaránt **9,00 m és 11,00 m**-re krétával meghúzott fehér vonal mögül kell végrehajtani.

**Csak edzőcipőben lehet versenyezni!**

### **Ötösugrás lebonyolításának módja korlátozott nekifutásból (U16):**

A lendületszerzésre leányoknál 12 m, fiúknál 13 m engedélyezett.

A nekifutás lehetséges legtávolabbi pontját krétával keresztbe húzott vonallal kell jelölni, és egy futógátat kell elhelyezni rá. Az ugrásokat váltott lábbal kell végrehajtani.

Az elugrás 20 cm széles festett gerendáról történik.

### **A festett gerenda távolsága:**

Fiúknál: 14,5 m és 16,5 m

Leányoknál: 13,5 m és 14,5 m

**A versenyszámban szögescipőben is lehet indulni.**

#### **14. Csoportbeosztások ügyességi számoknál:**

A beérkezett nevezések számának ismeretében döntjük el, hogy az ügyességi számokban hány csoport lesz. A döntést és a csoportbeosztást MASZ honlapján az „Információk” között, valamint ezen kiírás mellékleteiben fogjuk publikálni!

A csoportbeosztások a QB szerint (lásd feljebb) készülnek el.

Három kísérlet után a csoportok összesített legjobb 8 eredményt elérő versenyzője (Magasugrás kivételével) jogosult a verseny folytatására, azaz a 4., 5., és 6. ugrásokra.

Aki(k) a korábban lebonyolított csoport(ok)ból jut(nak) az összesített legjobb nyolc közé, annak(azoknak) egy próbaugrási lehetőséget biztosítunk a verseny folytatása előtt.

Így a verseny várhatóan a próbakísérleteket követő 5 percen belül folytatódik.

#### **15. Futószámokra vonatkozó előírások:**

##### **Futambeosztások és a futamok sordjje (időfutamok esetén):**

A versenyzők a nevezéskor megadott **QB** (lásd feljebb) alapján kerülnek beosztásra az időfutamokba.

300 méteren és alatta a legerősebb futam rajtol elsőnek.

800 méteren és fölötte a legjobb futam pedig a legvégén, tehát a legjobb idővel rendelkező atléták az utolsónak startoló futamba kerülnek.

#### **16. Parkolási lehetőség:**

Városi Sportcsarnok mögötti parkolóban.

#### **17. Területi Liga fordulók pontozása**

1. hely	8 pont
2. hely	7 pont
3. hely	6 pont
4. hely	5 pont
5.-6. hely	4 pont
7.-8. hely	3 pont
9.-12. hely	2 pont
13.-16. hely	1 pont

3 forduló után az összes szerzett pont összeadódva határozza meg az egyes atléták végső pontszámát a liga összesítésben. Ez alapján alakul ki a végeredmény.

#### **18. Egyéb:**

Öltözési lehetőség: a stadion épülete alatti öltözőkben.

Az öltözőben hagyott értékekért a rendezőség nem vállal felelősséget.

**Tájékoztató időrend**  
**MATE Atlétikai Centrum 2100 Gödöllő, Páter Károly utca 1.**  
**2023.05.12. péntek**

13:00	Rúdugrás	leány	U14		kelet, centrum, nyugat
13:00	Rúdugrás	leány	U16		kelet, centrum, nyugat
16:30	Rúdugrás	fiú	U14		kelet, centrum, nyugat
16:30	Rúdugrás	fiú	U16		kelet, centrum, nyugat

**Tájékoztató időrend  
2023.05.13. szombat**

11:00	Kalapácsvetés	fiú	U14		3 kg
11:00	Kalapácsvetés	fiú	U16		4 kg
12:00	Ötösugrás	leány	U16	A pálya	Korlátozott nekifutásból
12:00	Távolugrás	fiú	U14	B pálya	60 cm-es elugrósáv
12:00	Kalapácsvetés	leány	U16		3 kg
12:00	Kalapácsvetés	leány	U14		2 kg
13:00	80 m	leány	U14	időfutam	
13:10	Súlylökés	leány	U14		2 kg
13:25	80 m	fiú	U14	időfutam	
13:50	100 m	fiú	U16	időfutam	
14:00	Magasugrás	leány	U14		
14:00	Gerelyhajítás	fiú	U14		500g
14:00	Gerelyhajítás	fiú	U16		600g
14:15	100 m	leány	U16	időfutam	
14:15	Súlylökés	fiú	U14		3 kg
14:30	300 m	leány	U16	időfutam	
14:50	300 m	fiú	U16	időfutam	
15:10	600 m	fiú	U14	időfutam	Indulás ívről
15:20	Súlylökés	leány	U16		3 kg
15:30	600 m	leány	U14	időfutam	Indulás ívről
15:30	Távolugrás	fiú	U16	A pálya	
15:30	Magasugrás	leány	U16		
16:00	Ötösugrás	leány	U14	B pálya	Helyből
16:00	Gerelyhajítás	leány	U14		500g
16:00	Gerelyhajítás	leány	U16		500g
16:00	1000 m akadály	leány	U14	időfutam	76,2cm, 8 akadály +0 vizesá.
16:10	1000 m akadály	fiú	U14	időfutam	76,2cm, 8 akadály +0 vizesá.
16:25	1500 m	leány	U16	időfutam	
16:30	Súlylökés	fiú	U16		4 kg
16:40	1500 m	fiú	U16	időfutam	
17:00	1500 m akadály	leány	U16	időfutam	76,2 cm, 12 akadály +3 vizesá.
17:15	1500 m akadály	fiú	U16	időfutam	76,2 cm, 12 akadály +3 vizesá.
17:30	3000 m gyaloglás	leány	U14, U16	időfutam	
18:00	3000 m gyaloglás	fiú	U14	időfutam	
18:00	5000 m gyaloglás	fiú	U16	időfutam	



**Tájékoztató időrend  
2023.05.14. vasárnap**

11:00	Diszkoszvetés	leány	U14	külső pálya	0,75 kg
11:00	Diszkoszvetés	leány	U16	külső pálya	1 kg
11:00	Távolugrás 1. csoport	leány	U14	B pálya	60 cm-es elugrósáv
12:00	Ötösugrás	fiú	U16	A pálya	Korlátozott nekifutásból
12:10	Távolugrás 2. csoport	leány	U14	B pálya	
12:15	60 m gát	leány	U14	időfutam	68 cm, 6 gát, 11,50-7,50-11,00
12:25	60 m gát	fiú	U14	időfutam	68 cm, 6 gát, 12,00-7,75-9,25
12:30	Diszkoszvetés	fiú	U14	külső pálya	0,75 kg
12:30	Diszkoszvetés	fiú	U16	külső pálya	1 kg
12:35	80 m gát	leány	U16	időfutam	76,2 cm, 8 gát, 12,50-8,00-11,50
12:45	100 m gát	fiú	U16	időfutam	83,8 cm, 10 gát, 13,00-8,50-10,50
13:00	Sípoló rakéta hajítás	leány	U14		
13:00	Sípoló rakéta hajítás	leány	U16		
13:00	Ötösugrás	fiú	U14	B pálya	Helyből
13:00	3000 m	leány	U16	időfutam	
13:20	3000 m	fiú	U16	időfutam	
13:30	Magasugrás	fiú	U16		
13:35	Távolugrás 1. csoport	leány	U16	A pálya	
13:40	2000 m	leány	U14	időfutam	
13:55	2000 m	fiú	U14	időfutam	
14:10	800 m	leány	U16	időfutam	Indulás saját pályáról
14:20	800 m	fiú	U16	időfutam	Indulás saját pályáról
14:35	300 m	leány	U14	időfutam	
14:45	300 m	fiú	U14	időfutam	
14:50	Távolugrás 2. csoport	leány	U16	A pálya	
14:55	Magasugrás	fiú	U14		
15:00	Sípoló rakéta hajítás	fiú	U14		
15:00	Sípoló rakéta hajítás	leány	U16		
15:10	200 m gát	leány	U14	időfutam	68 cm, 10 gát, 21,46-18,28-14,02
15:20	200 m gát	fiú	U14	időfutam	68 cm, 10 gát, 21,46-18,28-14,02
15:35	300 m gát	leány	U16	időfutam	76,2 cm, 7 gát, 45-35-45
15:45	300 m gát	fiú	U16	időfutam	76,2 cm, 7 gát, 45-35-45

**Az időrend tájékoztató jellegű, a nevezések függvényében változhat!**

1. számú melléklet:

**Call Room megjelenési és bevezetési időpontok táblázata  
2023.05.13. szombat**

**A pontos Call Room időket tartalmazó táblázat a nevezések lezárulta után kerülnek közzétételre!**



U16 és U14 Területi Liga Verseny 2023



**Call Room megjelenési és bevezetési időpontok táblázata  
2023.05.13. vasárnap**

**A pontos Call Room időket tartalmazó táblázat a nevezések lezárulta után kerülnek közzétételre!**

2. számú melléklet:

**Csoportbontások:**

**A nevezések lezárulta után kerülnek megállapításra!**