Первенство Москвы по лёгкой атлетике

среди юношей и девушек 2009-2010г.р.

10-11 марта 2022г. (ПРОЕКТ)

**1 день – 10 марта (ЧТ) О.Ц. имени братьев Знаменских**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 16.00 | 60 м | дев | забеги | 280 | 40х7ч |  | 16.00 | Длина 1 поток | юн | финал | 19 |
| 17.00 | 60 м | юн | забеги | 201 | 29х7ч |  | 17.00 | Длина 2 поток | юн | финал | 14 |
| 18.00 | 60 м | дев | ФИНАЛ | 7 | 1заб |  |  |  |  |  |  |
| 18.05 | 600 м | дев | фин. забеги | 59 | 9х6-7ч |  |  |  |  |  |  |
| 18.30 | Награждение - 60м. девочки, длина юноши, ядро девочки |
| 18.35 | 600 м | юн | фин. Забеги | 45 | 7х6-7ч |  | 16.00 | ядро | дев | финал | 14 |
| 19.00 | 60 м | юн | ФИНАЛ | 7 | 1заб |  | 17.30 | ядро | юн | финал | 16 |
| 19.03 | Награждение - 60м. мальчики, 600м. девочки, 600м. мальчики, ядро мальчики |

**2 день – 11 марта (ПТ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 16.00 | 60 м с/б | дев | забеги | 41 | 10х4ч |  | 16.40 | Высота | дев | финал | 22 |
| 16.15 | 60 м с/б | юн | забеги | 18 | 4х4ч |  | 18.10 | Высота | юн | финал | 8 |
| 16.30 | 200 м | юн | фин. забеги | 168 | 40х4ч |  |  |  |  |  |  |
| 17.30 | 60м. сб | дев | ФИНАЛ |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17.33 | 60м. сб | юн | ФИНАЛ |  |  |  | 16.00 | Длина 1 поток | дев | финал | 22 |
| 17.35 | Награждение 200м. мальчики высота девочки  |
| 17.40 | 200 м | дев | фин. забеги | 247 | 62х4ч |  | 17.00 | Длина 2 поток | дев | финал | 18 |
| 19.00 | Награждение -60м.сб девочки,- 60м.сб мальчики,- ядро мальчики,- высота мальчики |

**РЕГЛАМЕНТ проведения соревнований.**

Соревнования проводятся в соответствии с Правилам вида спорта «Легкая атлетика», утвержденными приказом Министерством спорта Российской Федерации № 839 от 16.10.2019 г. (далее- Правила),

Все участники соревнований должны иметь нагрудный номер. В беговых видах – по 2 номера.

Регистрация всех беговых видов и выход участников к месту старта в беге на 60м, 60м с/б и 600 м проводится за правым виражом.

 **Беговые виды**: Бег на 60м, 60м с/б проходит в 2 круга. Выход в финал по времени.

В беговых видах программы допускается один фальстарт.

 **60мс/б:** расстояние от линии старта до 1 барьера **13,00 м**, расстояние между барьерами **7,00 м** высота барьеров **0,65м**

 **200м.** Сбор участников и вывод к месту старта будет проводиться из сектора толкания ядра. Участники стартуют по своим дорожкам с **высокого старта** с форой на 1 вираж.

 **600м.** Старт с общей линии.

**Технические виды:**

Регистрация участников в технических видах проводится на местах проведения соревнований.

 **Длина** – Все участники выполняют по 3 попытки, а 8-ми лучшим, по итогам 2-х потоков, предоставляется 3 дополнительные попытки. Измерение в прыжке в длину с разбега производится с места отталкивания, которая должна находиться внутри обозначенного «квадрата» (1,00 х 1,25). Касание линии квадрата ближней к месту приземления расценивается как заступ и является нарушением. При отталкивании до «квадрата», измерение начинается от дальней, от места приземления, линии квадрата.

 **Ядро** : Все участники выполняют по 3 попытки. 8-ми лучшим предоставляется 3 дополнительные попытки, Вес снаряда: юн. -**3 кг**; дев. – **2 кг**

 **Прыжок в высоту**: подъем высот юноши/девушки: **1,00 м** далее по **5 см**

**Награждение:**  Победители соревнований награждаются медалями, дипломами и кубками, согласно Положения о проведении соревнований на 2022 г.,