

**REGULAMIN**  
**XXVI MISTRZOSTW POLSKI NA DYSTANSACH**  
**I MŁODZIEŻOWYCH MISTRZOSTW POLSKI NA DYSTANSACH**

**I. Cel zawodów**

Wyłonienie indywidualnych Mistrzów Polski oraz Młodzieżowych Mistrzów Polski na poszczególnych dystansach kobiet i mężczyzn, przegląd czołówki zawodników pod kątem Mistrzostw Europy i Świata.

**II. Miejsce i termin**

Mistrzostwa zostaną rozegrane w dniach 16-18 grudzień 2011 roku w Zakopanem.

**III. Program zawodów**

<b><u>1 dzień</u></b>	<b><u>2 dzień</u></b>	<b><u>3 dzień</u></b>
Start 10,00	Start 10,00	Start 10,00
500m mężczyzn (1)	500m kobiet (1)	1000 kobiet
1 500m kobiet	1 500m mężczyzn	1 000m mężczyzn
500m mężczyzn (2)	500m kobiet (2)	5 000m kobiet
5 000m mężczyzn	3 000m kobiet	10 000m mężczyzn
Bieg drużynowy kobiet (6okr)	Bieg drużynowy mężczyzn (8okr)	

**IV. Uczestnictwo**

W zawodach mają prawo startu zawodniczki i zawodnicy:

- a) Posiadający klasę sportową drugą lub wyższą oraz ważną licencję zawodnika.
- b) Klasa sportowa pierwsza lub wyższa upoważnia do startu na dowolnym dystansie, natomiast klasa druga na dystansie na którym została uzyskana norma wynikowa dla klasy drugiej lub krótszym, ewentualnie bezpośrednio dłuższym.

**V. Sposób przeprowadzenia zawodów**

Zawody zostaną przeprowadzone wg przepisów ISU dotyczących rozgrywania zawodów na poszczególnych dystansach. . § 240 pkt.6 „Przepisów ISU” zgodnie z przepisami ogólnymi

Zawodnicy będą rozlosowani na podstawie wyników uzyskanych w sezonie 2010/2011 podanych w „Ocenie Sezonu PZŁS”

- a) Biuro zawodów zobowiązane jest do sporządzenia dwóch protokoły oddzielnie dla Mistrzostw Polski na Dystansach oraz Młodzieżowych Mistrzostw Polski na Dystansach.

**VI. Nagrody:**

Za zdobyte miejsca I - III na każdym dystansie oraz w biegu drużynowym przyznawane będą nagrody pieniężne wg poniższej tabeli:

Kategoria	Wysokość nagrody za miejsca I - III		
	I	II	III
<b>Kobiety</b>	700 zł.	500 zł.	400 zł.
<b>Mężczyźni</b>	700 zł.	500 zł.	400 zł.

Za miejsca I – III na każdym dystansie oraz w biegu drużynowym zawodnicy/czki otrzymują medale.

Młodzieżowe Mistrzostwa Polski na Dystansach:

Zawodniczki i zawodnicy zdobywają punkty dla Klubu za zajęte miejsca w każdej konkurencji (jednak nie więcej niż za trzy – najwyżej punktowane) wg zasady:

Miejsce	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	łącznie
<b>Punkty</b>	25	21	18	16	14	12	10	8	<b>124</b>

W przypadku startu mniej niż 8 zawodników w konkurencji zawodnik zdobywa połowę punktów.