



***REGULAMIN ZAWODÓW CENTRALNYCH  
2024/2025***

***TOR KRÓTKI (SHORT TRACK)***

***Warszawa, wrzesień 2024 r.***

## **SPIS TREŚCI**

Zasady ogólne przeprowadzania zawodów w ramach kalendarza zawodów centralnych PZŁS ....	3
Regulamin XXIX Mistrzostw Polski Seniorów w wieloboju i X Mistrzostw Polski na dystansach...	5
Regulamin Młodzieżowych Mistrzostw Polski .....	6
Regulamin Mistrzostw Polski Juniorów i Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży – junior młodszy	7
Regulamin Mistrzostw Polski Młodzików .....	10
Regulamin Ogólnopolskich Zawodów Rankingowych .....	11

## **ZASADY OGÓLNE PRZEPROWADZANIA ZAWODÓW W RAMACH KALENDARZA ZAWODÓW CENTRALNYCH PZŁS**

1. Organizatorem wszystkich imprez centralnych jest Polski Związek Łyżwiarstwa Szybkiego oraz działające z jego upoważnienia OZŁS-y lub Kluby. Imprezy centralne PZŁS mogą być zlecane do realizacji OZŁS lub Klubowi, na których ciąży obowiązek przestrzegania wszystkich przepisów prawa w zakresie organizacji imprez.
2. Zgłoszenia do zawodów dokonywane są za pośrednictwem elektronicznego systemu zgłoszeń PZŁS. Wszyscy zawodnicy zobowiązani są do posiadania ważnych badań lekarskich wystawionych przez lekarza uprawnionego do orzekania w sporcie zgodnie z aktualnym rozporządzeniem Ministra Zdrowia.
3. **Kluby zobowiązuje się do zamieszczenia w panelu licencyjnym PZŁS kopii ważnych badań lekarskich dla każdego zawodnika. Brak ważnych badań lekarskich może uniemożliwić zgłoszenie zawodnika do zawodów. Odpowiedzialność za wszystkie zamieszczone w panelu informacje spoczywa na klubach.**
4. **Badania potwierdzone w systemie licencyjnym uznaje się za ważne bez konieczności weryfikacji dokumentów przez Komisję Sędziowską przed zawodami.**
5. Weryfikacje zgłoszeń odbywa się na odprawie trenerów. Stewarda zawodów zobowiązuje się do sporządzenia listy startowej z umieszczeniem dokładnej daty urodzenia, nr licencji oraz nazwy klubu.
6. Zawodnik ma prawo reprezentować w całym sezonie jedynie klub, który wykupił dla niego licencję.
7. Kategorie wiekowe, jakie obowiązują w sezonie 2024/2025 zgodnie z systemem współzawodnictwa sportowego PZŁS oraz zgodnie z § 108 przepisów ISU przedstawiają się następująco:

### **Kategorie wiekowe w sezonie 2024/2025**

#### **Seniorzy:**

Kat. S urodzeni do 30.06.2001

#### **Młodzieżowcy:**

Kat. M4 urodzeni od 01.07.2001 do 30.06.2002

Kat. M3 urodzeni od 01.07.2002 do 30.06.2003

Kat. M2 urodzeni od 01.07.2003 do 30.06.2004

Kat. M1 urodzeni od 01.07.2004 do 30.06.2005

#### **Juniorzy:**

Kat. A2 urodzeni od 01.07.2005 do 30.06.2006

Kat. A1 urodzeni od 01.07.2006 do 30.06.2007

#### **Juniorzy młodszy:**

Kat. B2 urodzeni od 01.07.2007 do 30.06.2008

Kat. B1 urodzeni od 01.07.2008 do 30.06.2009

#### **Młodzicy:**

Kat. C2 urodzeni od 01.07.2009 do 30.06.2010

Kat. C1 urodzeni od 01.07.2010 do 30.06.2011

#### **Dzieci:**

Kat. D2 urodzeni od 01.07.2011 do 30.06.2012

Kat. D1 urodzeni od 01.07.2012 do 30.06.2013

Kat. E2 urodzeni od 01.07.2013 do 30.06.2014

Kat. E1 urodzeni od 01.07.2014 do 30.06.2015

Kat. F2 urodzeni od 01.07.2015 do 30.06.2016

8. Organizator każdych zawodów rozgrywanych w kraju, zobowiązany jest do przesłania wyników zawodów pocztą elektroniczną na adres email: [domtel@domtel.pl](mailto:domtel@domtel.pl) oraz [adam.lefler@pzls.pl](mailto:adam.lefler@pzls.pl). Protokół z zawodów powinien być wysłany w wersji pdf zawierającej: listę sędziów z nr licencji, listę zawodników z numerem licencji, wyniki zawodów.
9. Organizator zobowiązany jest do zapewnienia systemu video replay do weryfikacji biegów przez Sędziów w trakcie trwania zawodów. System ten staje się jedynym i oficjalnym narzędziem wspomagającym pracę Sędziów.
10. Podczas zawodów Mistrzowskich obsadę sędziowską na stanowiska: Sędziego Głównego, 1-go Asystenta Sędziego Głównego, Asystentów Sędziego Głównego, Sędziego Wideo, Starterów, Stewardów Zawodów powołuje Przewodniczący Kolegium Sędziów po akceptacji Prezesa PZŁS. Pozostałych Sędziów powołuje organizator według własnego uznania. Na zawody OZR Organizator powołuje sędziów w uzgodnieniu z Przewodniczącym Kolegium sędziów.
11. Wszyscy sędziowie obsługujący zawody muszą posiadać aktualną licencję sędziego.
12. Kierownik zespołu biorącego udział w zawodach za granicą zobowiązany jest do przesłania protokołu zawodów pocztą elektroniczną na adresy podane w punkcie 6. lub podanie lokalizacji wyników na stronach internetowych.
13. W zawodach krajowych zabrania się zawodnikom startowania w strojach reprezentacyjnych.
14. Zawodnicy grup szkolenia centralnego mają prawo startu we wszystkich zawodach organizowanych w kraju.
15. Ewentualne nagrody pieniężne wymienione w „Regulaminie Zawodów Centralnych” podane są w kwotach brutto i będą wypłacane przez PZŁS w przypadku posiadania na ten cel środków.
16. Medale na imprezy mistrzowskie zabezpiecza PZŁS.
17. Każdy organizator musi obowiązkowo posiadać ubezpieczenie OC imprezy.
18. Wszyscy zawodnicy muszą posiadać ubezpieczenie NNW.
19. Prawo interpretacji regulaminów zawodów centralnych przysługuje Prezydium Zarządu PZŁS.
20. Obowiązkowym wyposażeniem zawodnika we wszystkich zawodach krajowych jest chip do pomiaru czasu, kask dobrze zapięty pod szyją, nieprzecinalny kołnierzyk na szyi (lub cały kombinezon nieprzecinalny), ochraniacze na kolana i piszczele. Brak któregoś z wyżej wymienionych elementów wyposażenia skutkuje karą w biegu.
21. W uzasadnionych przypadkach polski związek sportowy na wniosek klubu sportowego może przenieść zawodnika do wyższej kategorii wiekowej. W przypadku, kiedy zawodnik bierze udział w kwalifikacjach do zawodów międzynarodowych w wyższej kategorii wiekowej ma on również prawo powrotu do swojej kategorii wiekowej.
22. Podczas wszystkich imprez z Regulaminu Zawodów Centralnych PZŁS obowiązuje zasada „Zero (0) False Start”
23. Prawo startu w zawodach mistrzowskich mają zawodnicy, którzy spełniają jeden z poniższych warunków:
  - a) Posiadają Obywatelstwo polskie lub Kartę Polaka
  - b) Decyzją Zarządu PZŁS prawo startu ma zawodnik nie spełniający warunków powyższego punktu, ale reprezentujący Polskę na MŚ i ME czy Pucharach Świata.
  - c) W szczególnych przypadkach Zarząd ma prawo dopuścić zawodnika niespełniającego powyższych warunków po przeanalizowaniu indywidualnej sytuacji zawodnika.

**REGULAMIN XXIX MISTRZOSTW POLSKI SENIORÓW W WIELOBOJU**  
**I X MISTRZOSTW POLSKI NA DYSTANSACH**

**1. Cel zawodów**

Wyłonienie Mistrzów Polski na poszczególnych dystansach i w wieloboju kobiet i mężczyzn.

**2. Organizator**

Polski Związek Łyżwiarstwa Szybkiego lub działający z jego upoważnienia OZŁS lub klub.

**3. Termin i miejsce zawodów**

Mistrzostwa zostaną rozegrane w dniach 21-23.03.2025 w Gdańsku.

**4. Program zawodów**

<u>1 dzień</u> -	1500 m kobiet i mężczyzn- eliminacje 500m kobiet i mężczyzn – eliminacje 1000m kobiet i mężczyzn- eliminacje sztafety MIX– 2000 m eliminacje
<u>2 dzień</u> -	1500m kobiet i mężczyzn 500 m kobiet i mężczyzn eliminacje sztafet – 3000 m kobiet eliminacje sztafet - 5000m mężczyzn finały sztafet MIX– 2000 m
<u>3 dzień</u> -	1000 m kobiet i mężczyzn finały sztafet – 3000 m kobiet i 5000 m mężczyzn

**5. Warunki uczestnictwa w zawodach**

W zawodach mają prawo startu zawodnicy i zawodniczki licencjonowani od kategorii C2 wzwyż posiadający II klasę sportową lub wyższą oraz zgodnie z punktem 23 zasad ogólnych regulaminu.

W sztafecie oraz sztafecie MIX może startować tylko 1 zawodnik bez klasy pod warunkiem, że pozostali zawodnicy mają, co najmniej II klasę sportową.

**6. Sposób przeprowadzenia zawodów**

Zawody zostaną przeprowadzone wg przepisów PZŁS i ISU, zgodnie z regulaminem rozgrywania zawodów na dystansach. Wielobój zostanie wyłoniony na podstawie 3 dystansów (1500 m, 500 m, 1000 m). Rozstawienie zawodników do pierwszej rundy każdego dystansu na podstawie rankingu czasów uzyskanych w bieżącym sezonie na danym dystansie.

Zawodnicy, którzy nie są sklasyfikowani w bieżącym sezonie na danym dystansie, będą rozstawieni wg. losowania na końcu rankingu. Rozstawienie pierwszej rundy biegów sztafetowych i sztafet MIX na podstawie rankingu średniej czasów 4 zawodników (z wyłączeniem zawodnika rezerwowego) z dystansu 1000 m w bieżącym sezonie. W przypadku niesklasyfikowania któregoś z zawodników, sztafeta rozstawiona będzie wg. losowania na końcu rankingu.

**7. Nagrody**

Zwycięzcy na dystansach i w wieloboju zdobywają tytuły Mistrza/Mistrzyni Polski w short-tracku w sezonie 2024/2025. Nagrody pieniężne będą wypłacane, jeśli będą na to środki. Wysokość nagród zostanie ustalona Uchwałą Zarządu. Za zajęcie miejsca I-III na każdym dystansie, w wieloboju i w sztafetach wręczone zostaną medale. **Warunkiem otrzymania nagród i przyznania tytułu Mistrza Polski jest sklasyfikowanie (ukończenie) minimum przez 10 zawodników(czek) w konkurencji indywidualnej i minimum 4 sztafet.**

## REGULAMIN MŁODZIEŻOWYCH MISTRZOSTW POLSKI

### 1. Cel zawodów

Wyłonienie indywidualnych Młodzieżowych Mistrzów Polski w sezonie 2024/2025.

### 2. Termin i miejsce zawodów

Mistrzostwa zostaną rozegrane w dniach 22-23.03.2025 w Gdańsku

### 3. Organizator

Polski Związek Łyżwiarstwa Szybkiego lub działający z jego upoważnienia OZŁS lub klub.

### 4. Program zawodów

<u>1 dzień</u> -	1500 m kobiet i mężczyzn 500 m kobiet i mężczyzn finały sztafet MIX– 2000 m kobiet i mężczyzn
<u>2 dzień</u> -	1000 m kobiet i mężczyzn finały sztafet – 3000 m kobiet i 5000 m mężczyzn

### 5. Warunki uczestnictwa w zawodach

W zawodach MP młodzieżowców mają prawo startu licencjonowani zawodnicy/czki zgodnie z punktem 23 zasad ogólnych regulaminu, w kategorii młodzieżowiec (pkt. 7 zasad ogólnych).

### 6. Sposób przeprowadzenia zawodów

Zawody zostaną przeprowadzone wg przepisów PZŁS i ISU zgodnie z regulaminem rozgrywania zawodów na dystansach. Wielobój zostanie wyłoniony na podstawie 3 dystansów (1500 m, 500 m, 1000 m). Rozstawienie zawodników do pierwszej rundy każdego dystansu na podstawie rankingu czasów uzyskanych w bieżącym sezonie na danym dystansie (w przypadku rozegrania zawodów łącznie z Mistrzostwami Polski Seniorów wyłącznie zawodnicy posiadający klasę II z bieżącego sezonu zostaną rozstawieni w Mistrzostwach Polski Seniorów) Zawodnicy, którzy nie są sklasyfikowani w bieżącym sezonie na danym dystansie, będą rozstawieni wg. losowania na końcu rankingu. Rozstawienie pierwszej rundy biegów sztafetowych i sztafet MIX na podstawie rankingu średniej czasów 4 zawodników (z wyłączeniem zawodnika rezerwowego), bądź 4 (w przypadku sztafet MIX) z dystansu 1000 m w bieżącym sezonie.

### 7. Punktacja

#### Dystanse:

<b>Miejsce</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	<b>łącznie</b>
<b>Punkty</b>	25	21	17	15	4	3	2	1	<b>88</b>

#### Sztafeta K/M i sztafeta mieszana:

<b>Miejsce</b>	1	2	3	<b>łącznie</b>
<b>Punkty</b>	25	21	17	<b>63</b>

### 8. Nagrody

Za zajęte miejsca I – III na każdym dystansie, w sztafetach i w wieloboju wręczone zostaną medale.

**REGULAMIN MISTRZOSTW POLSKI JUNIORÓW I**  
**OGÓLNOPOLSKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY – JUNIOR MŁODSZY**

**1. Cel zawodów**

Aktywizacja klubów do pracy z młodzieżą, wyłonienie Mistrzów Polski w kategorii Juniorów i Juniorów Młodszych w sezonie 2024/2025, ocena pracy szkoleniowej z młodzieżą w klubach.

**2. Termin i miejsce zawodów**

Mistrzostwa zostaną rozegrane w dniach 08-09.03.2025 w ...

**3. Organizator**

Komitet Organizacyjny, na terenie, którego rozgrywana jest Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży.

**4. Program zawodów**

- |                |   |
|----------------|---|
| <u>1 dzień</u> | - 1500 m kobiet i mężczyzn juniorów i juniorów młodszych<br>- 500 m kobiet i mężczyzn juniorów i juniorów młodszych<br>- eliminacje sztafet 2000 m kobiet i mężczyzn juniorów i juniorów młodszych<br>- eliminacje sztafet mieszanych juniorów i juniorów młodszych |
| <u>2 dzień</u> | - 1000 m kobiet i mężczyzn juniorów i juniorów młodszych<br>- finał sztafet 2000 m juniorów i juniorów młodszych<br>- finał sztafet mieszanych juniorów i juniorów młodszych  |

**5. Warunki uczestnictwa**

**Maksymalna liczba startujących w OOM i MPJ wynosi 72 juniorów młodszych i juniorów.** W zawodach uczestniczyć mogą zawodnicy/czki: zgodnie z zasadami podanymi w części ogólnej Regulaminu Współzawodnictwa Sportowego Młodzieży Uzdolnionej w kategorii Junior młodszy i Junior (pkt. 7 zasad ogólnych).

Lista uprawnionych do startu oraz kolejność dobierania zawodników z listy rezerwowej stworzone zostaną z uwzględnieniem:

a) maksymalnego wykorzystania punktów SSM w każdej kategorii (zgodnie z punktacją)

b) osiągnięć bieżącego sezonu:

- wyższa klasa sportowa indywidualnie. Przy tej samej klasie decyduje wyższy współczynnik poziomu sportowego jak JST.

c) osiągnięć z poprzedniego sezonu:

- wyższa klasa sportowa indywidualnie. Przy tej samej klasie decyduje wyższy współczynnik poziomu sportowego jak JST.

Prawo startu mają maksymalnie dwie sztafety z danego klubu lub województwa (zawodnicy z min. 2 różnych klubów) oraz 3 sztafety mix. Klub w pierwszej kolejności zobowiązany jest wystawić sztafetę (sztafetę mieszaną) klubową, natomiast pozostały jeden lub dwóch zawodników mogą stworzyć sztafetę wojewódzką.

Każdy zawodnik musi być zarejestrowany w PZŁS i posiadać licencję zawodnika, legitymować się oficjalnym dowodem tożsamości (dowód osobisty, lub legitymacja szkolna), oraz posiadać książeczkę sportowo-lekarską z aktualnymi badaniami lekarskimi. Zawodnik powinien spełniać co najmniej jeden z warunków opisanych w punkcie 23 zasad ogólnych regulaminu.

Weryfikacja zawodników na konferencji technicznej zamyka ostatecznie listę startową zawodników.

Zawody zostaną przeprowadzone wg przepisów PZŁS i ISU zgodnie z regulaminem rozgrywania zawodów na dystansach w systemie ALL FINAL.

Rozstawienie zawodników do pierwszej rundy każdego dystansu na podstawie rankingu czasów uzyskanych w bieżącym sezonie na danym dystansie.

Zawodnicy, którzy nie są sklasyfikowani w bieżącym sezonie na danym dystansie, będą rozstawieni wg. losowania na końcu rankingu.

Rozstawienie pierwszej rundy biegów sztafetowych i sztafet MIX na podstawie rankingu średniej czasów 3 zawodników (z wyłączeniem zawodnika rezerwowego), bądź 4 (w przypadku sztafet MIX) z dystansu 1000 m w bieżącym sezonie.

W przypadku niesklasyfikowania któregoś z zawodników, sztafeta rozstawiona będzie wg. losowania na końcu rankingu.

## 6. Ocena wyników

Indywidualnie - ustalenie kolejności na dystansach.

Drużynowo - ustalenie kolejności województw i klubów (łącznie junierek i juniorów i łącznie junierek młodszych i juniorów młodszych).

Zawodnicy zdobywają punkty dla województw i klubów za zajęte miejsca na każdym dystansie (jednak nie więcej niż za trzy najwyższe punktowane konkurencje junior A, dwie junior B) według zasady:

## 7. Punktacja

### JUNIORZY

**K/M - 500, 1000, 1500 m**

<b>Lok.</b>	1	2	3	4-5	6-7	8-9	10-11	12	<b>łącznie</b>
<b>Pkt.</b>	15	12	10	8	6	4	3	2	<b>81</b>

**Sztafety K, M**

<b>Lok.</b>	1	2	3	<b>łącznie</b>
<b>Pkt.</b>	15	12	10	<b>37</b>

**Sztafeta mieszana**

<b>Lok.</b>	1	2	3	4	<b>łącznie</b>
<b>Pkt.</b>	15	12	10	8	<b>45</b>

### JUNIORZY MŁODSI:

**K/M – 500, 1000, 1500 m**

<b>Lok.</b>	1	2	3	4-5	6-7	8-10	11-13	14-16	<b>łącznie</b>
<b>Pkt.</b>	12	10	8	6	4	3	2	1	<b>68</b>

**Sztafety K, M,**

<b>Lok.</b>	1	2	3	4	<b>łącznie</b>
<b>Pkt.</b>	12	10	8	6	<b>36</b>

**Sztafeta mieszana**

<b>Lok.</b>	1	2	3	4-5	6	<b>łącznie</b>
<b>Pkt.</b>	12	10	8	6	4	<b>46</b>

Zwycięzcą zostaje województwo, klub, którego zawodnicy zdobędą największą liczbę punktów. W przypadku uzyskania przez województwa, kluby lub jednakowej ilości punktów o kolejności zadecyduje zajęcie większej ilości wyższych miejsc na dystansach i w wieloboju.

## 8. Zgłoszenia

Listy zawodników uprawnionych do startu ogłoszone zostaną przez PZŁS na 10 dni przed rozpoczęciem zawodów.



## **9. Zasady finansowania**

Koszty organizacji zawodów oraz koszty wyżywienia i zakwaterowania uczestników pokrywa Komitet Organizacyjny OOM. W przypadku organizacji zawodów przez PZŁS koszty wyżywienia i zakwaterowania uczestników pokrywają zainteresowane kluby i nie obowiązują limity startujących.

## **10. Nagrody**

Indywidualnie i drużynowo zgodnie z postanowieniami Komitetu Organizacyjnego OOM.

## REGULAMIN MISTRZOSTW POLSKI MŁODZIKÓW

### 1. Cel zawodów

Wyłonienie Mistrzów Polski w kategorii młodzik na sezon 2024/2025.

### 2. Termin i miejsce zawodów

Zawody zostaną rozegrane w 15-16.03.2025 w Białymstoku

### 3. Organizator:

Polski Związek Łyżwiarstwa Szybkiego lub działający z jego upoważnienia OZŁS lub klub.

### 4. Program zawodów

1 dzień - 1500 m młodziczek i młodzików  
- 500 m młodziczek i młodzików  
- Sztafety MIX młodziczek i młodzików

2 dzień - 1000 m młodziczek i młodzików  
- Sztafety 2000 m młodziczek i młodzików

### 5. Warunki uczestnictwa w zawodach

W zawodach MP młodzików mają prawo startu licencjonowani zawodnicy/czki zgodnie z punktem 23 zasad ogólnych regulaminu w kategorii młodzik (pkt. 7 zasad ogólnych).

### 11. Sposób przeprowadzenia zawodów

Zawody zostaną przeprowadzone wg przepisów PZŁS i ISU zgodnie z regulaminem rozgrywania zawodów na dystansach w skróconym systemie ALL FINAL. Rozstawienie zawodników do pierwszej rundy każdego dystansu na podstawie rankingu czasów uzyskanych w bieżącym sezonie na danym dystansie. Zawodnicy, którzy nie są sklasyfikowani w bieżącym sezonie na danym dystansie, będą rozstawieni wg. losowania na końcu rankingu.

Podstawą zaliczenia każdego dystansu i wieloboju jest ostateczne sklasyfikowanie czterech zawodników (pkt. 4.2. - części ogólnej „Regulaminu współzawodnictwa sportowego młodzieży uzdolnionej”) a w przypadku sztafet warunkiem są trzy sklasyfikowane drużyny - zawodnicy/czki zdobywają punkty dla klubu za zajęte miejsca na dystansach, w wieloboju oraz biegach sztafetowych. Do punktacji zalicza się 2 najwyższe punktowane miejsca zajęte w MPM.

Sztafety 2000m oraz sztafety MIX rozgrywane są na czas.

### 12. Punktacja

**K/M - 500, 1000, 1500 m**

<b>Miejsce</b>	1	2	3	4-7	8-12	13-18	19-24	<b>łącznie</b>
<b>Punkty</b>	8	6	5	4	3	2	1	<b>68</b>

**Sztafety K, M**

<b>Miejsce</b>	1	2	3	4-6	<b>łącznie</b>
<b>Punkty</b>	8	6	5	4	<b>31</b>

**Sztafeta mieszana**

<b>Miejsce</b>	1	2	3	4-7	8	<b>łącznie</b>
<b>Punkty</b>	8	6	5	4	3	<b>38</b>

### 13. Nagrody

Za zajęte miejsca I – III na każdym dystansie i w wieloboju wręczone zostaną medale.

## REGULAMIN OGÓLNOPOLSKICH ZAWODÓW RANKINGOWYCH

### 1. Cel zawodów

Popularyzacja łyżwiarstwa szybkiego na torze krótkim na terenie działania klubów, stworzenie warunków do cyklicznego startu, eliminacje do uczestnictwa w Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży i w Mistrzostwach Polski Juniorów.

### 2. Organizator:

Okręgowy Związek lub Klub, na terenie którego rozgrywane będą zawody, z upoważnienia PZŁS.

### 3. Zawody objęte punktacją:

Lp.	Data zawodów	Miejsce zawodów	Sztafety	Termin zgłoszeń
1.	20-22.09.2024	Sanok	Sztafety S +Junior A +Junior B (3000m), Jun C (2000 m), Jun D+E (2000m)	18.09.2024 godz. 23:59
2.	18-20.10.2024	Giżycko	Sztafety MIX S, Junior B, Jun C, D+E (2000 m)	16.10.2024 godz. 23:59
3.	08-10.11.2024	Elbląg	Sztafety S + Junior A + Junior B (3000m), Jun C (2000 m), Jun D+E (2000m)	06.11.2024 godz. 23:59
4.	06-08.12.2024	Świdnica	Sztafety MIX S, Junior B, Jun C, D+E (2000 m)	04.12.2024 godz. 23:59
5.	24-26.01.2025	Opole	Sztafety S + Junior A + Junior B (3000m), Jun C (2000 m), Jun D+E (2000m)	22.01.2025 godz. 23:59
6.	15-16.03.2025- FINAŁ	Białystok	Sztafety MIX S, Junior B, Jun C, D+E (2000 m)	13.03.2025 godz. 23:59

### 4. Kategorie wiekowe i dystanse:

Kategoria	Dystanse	Sztafety	Sztafety MIX
Senior, Junior A, Junior B	1500 m, 500 m, 1000 m	M – 3000m, K – 3000 m	2000 m
Junior C	1500 m, 500 m, 1000 m	M, K – 2000 m	2000 m
Junior D	1000 m, 500m, 777 m	M, K – 2000 m	2000 m
Junior E	333 m, 500 m, 222 m		

## 5. Uczestnictwo

W zawodach prawo startu mają zawodnicy/czki licencjonowani w następujących kategoriach wiekowych:

- Senior – Junior AB - urodzeni do 30.06.2009
- Junior „C” - urodzeni 01.07.2009 – 30.06.2011
- Junior „D” - urodzeni 01.07.2011 – 30.06.2013
- Junior „E” - urodzeni 01.07.2013 i młodszy

W zawodach OZR i PP dopuszcza się start zawodników zagranicznych nieposiadających licencji PZŁS. Zawodnicy nie zyskują punktów w cyklu OZR, mogą natomiast zdobywać nagrody za miejsca na dystansie i wieloboju.

## 6. Opłata startowa: Możliwe jest pobieranie opłaty startowej w wysokości 100 zł za zawody od zawodnika posiadającego licencję PZŁS.

Opłata startowa: od zawodników nieposiadających licencji PZŁS 200 zł

## 7. Sposób przeprowadzenia zawodów

Zawody zostaną przeprowadzone wg. przepisów PZŁS i ISU zgodnie z zapisami zawartymi w załączniku nr 1. Zasady podziału zawodników na grupy zawarte są w załączniku nr 2.

### **Wielobój zostanie wyłoniony na podstawie 3 dystansów (1500 m, 500 m, 1000m).**

W każdej kategorii wiekowej musi wystartować minimum czterech zawodników/czek, aby punkty zostały zaliczone do rankingu. W przypadku mniejszej ilości startujących, rozgrywane biegi nie będą wliczane do rankingu końcowego cyklu OZR.

Składy sztafet należy zgłaszać bezpośrednio po zakończeniu pierwszego dnia zawodów.

Do składu sztafet klub może zgłosić jednego zawodnika/zawodniczkę rezerwową, a w przypadku sztafet MIX, jednego zawodnika i zawodniczkę.

W składach sztafet i sztafet MIX dopuszczalne jest łączenie klubów w obrębie województwa. Dopuszcza się również łączenie województw w biegach sztafetowych – jeśli dane województwo nie ma własnej sztafety to może się połączyć z innym województwem.

Wszelkie zmiany w składach sztafet (wymiana zawodnika na rezerwowego) należy zgłaszać w biurze zawodów przed rozpoczęciem biegów sztafetowych.

Rozstawienia biegów sztafetowych na podstawie średniej czasów (kategorie S, C – 1000 m; D, E – 500 m).

Do średniej nie wlicza się zawodnika/zawodników rezerwowych.

Klasyfikacja biegów sztafetowych i sztafetowych MIX na podstawie rankingu czasowego z wszystkich biegów.

## 8. Ocena wyników

Zwycięzcami pojedynczych zawodów zostaje zawodnik/czka, którzy uzyskają największą liczbę punktów w wieloboju (punkty z 3 dystansów).

## 9. Ranking zawodników

Do rankingów końcowych zawodników w sezonie punkty naliczane będą tak jak na Pucharach Świata:

Miejsce	Punkty	Miejsce	Punkty	Miejsce	Punkty
1	100	9	32	17	10
2	80	10	28	18	8
3	70	11	24	19	6
4	60	12	20	20	5
5	50	13	18	21	4
6	44	14	16	22	3
7	40	15	14	23	2
8	36	16	12	24	1

Za miejsca 25 i następane zawodnicy otrzymują po 1 pkt.

**Punkty za poszczególne zawody cyklu OZR zaliczane są za miejsca na dystansach i w klasyfikacji wieloboju.**

### **9.1. Klasyfikacja generalna Ogólnopolskich Zawodów Rankingowych:**

Seniorzy, Juniorzy A - ranking prowadzony będzie na dystansach (1500m, 500m, 1000m) i w wieloboju;  
Juniorzy B - ranking prowadzony będzie na dystansach (1500m, 500m, 1000m) i w wieloboju;  
Juniorzy C - ranking prowadzony będzie na dystansach (1500m, 500m, 1000m) i w wieloboju;  
Juniorzy D - ranking prowadzony będzie na dystansach (1000m, 500m, 777m) i w wieloboju;  
Junior E - ranking prowadzony będzie na dystansach (500m, 222m, 333m) i w wieloboju

Zwycięzcami klasyfikacji generalnej Ogólnopolskich Zawodów Rankingowych na dystansach i w wieloboju zostanie zawodnik/czka, którzy uzyskają największą liczbę punktów z 4 z 6 najwyższych punktowanych biegach na poszczególnych dystansach. Przy równej ilości punktów decydują:

- wyższa pozycja zawodnika w ostatnim z rozgrywanych biegów lub w ostatnim wieloboju zawodów finałowych
- wyższa lokata na dystansie lub w wieloboju uzyskana przez zawodnika podczas całego cyklu OZR.

W przypadku startu zawodników zagranicznych nie nalicza się im punktów do punktacji OZR.

Ranking klubów na podstawie klasyfikacji generalnej zawodów OZR w sezonie 2024/25 będzie wyłoniony w następujący sposób:

Kategoria S + Junior A - 125 % zdobytych punktów przez zawodniczki i zawodników klubu w klasyfikacji końcowej wieloboju w tych kategoriach wiekowych w 4 z 6 zawodów OZR, czyli za I miejsce na zawodach 125 pkt, za II – 100 pkt, za III miejsce – 87,5 pkt, .... Za 24 miejsce i dalsze - 1,25 pkt. Maksymalnie zawodnik może zdobyć 500 pkt.

Kategoria Junior B - 100 % zdobytych punktów przez zawodniczki i zawodników klubu w klasyfikacji końcowej wieloboju w tej kategorii wiekowej w 4 z 6 zawodów OZR, czyli za I miejsce na zawodach 100 pkt, za II – 80 pkt, za III miejsce – 70 pkt, .... Za 24 miejsce i dalsze - 1 pkt. Maksymalnie zawodnik może zdobyć 400 pkt.

Kategoria Junior C - 75 % zdobytych punktów przez zawodniczki i zawodników klubu w klasyfikacji końcowej wieloboju w tej kategorii wiekowej w 4 z 6 zawodów OZR, czyli za I miejsce na zawodach 75 pkt, za II – 60 pkt, za III miejsce – 52,5 pkt, .... Za 24 miejsce i dalsze - 0,75 pkt. Maksymalnie zawodnik może zdobyć 300 pkt.

Kategoria Junior D - 50 % zdobytych punktów przez zawodniczki i zawodników klubu w klasyfikacji końcowej wieloboju w tej kategorii wiekowej w 4 z 6 zawodów OZR, czyli za I miejsce na zawodach 50 pkt, za II – 40 pkt, za III miejsce – 35 pkt, .... Za 24 miejsce i dalsze - 0,5 pkt. Maksymalnie zawodnik może zdobyć 200 pkt.

Kategoria Junior E - 25 % zdobytych punktów przez zawodniczki i zawodników klubu w klasyfikacji końcowej wieloboju w tej kategorii wiekowej w 4 z 6 zawodów OZR, czyli za I miejsce na zawodach 25 pkt, za II – 20 pkt, za III miejsce – 17,5 pkt, .... Za 24 miejsce i dalsze - 0,25 pkt. Maksymalnie zawodnik może zdobyć 100 pkt

## **10. Nagrody**

Za miejsca 1-3 w klasyfikacji generalnej w wieloboju i na dystansach kategorii łączonej Senior i Junior A zawodnicy otrzymują puchary oraz nagrody pieniężne ufundowane przez PZŁS.

Za miejsca 1-3 w klasyfikacji generalnej w wieloboju i na dystansach kategorii Junior B zawodnicy otrzymują puchary oraz nagrody pieniężne ufundowane przez PZŁS.

Za miejsca 1-3 w klasyfikacji generalnej w wieloboju w kategorii Junior C zawodnicy otrzymują puchary oraz nagrody rzeczowe ufundowane przez PZŁS.

Za miejsca 1-3 w klasyfikacji generalnej w wieloboju w kategorii Junior D i E zawodnicy otrzymują puchary ufundowane przez PZŁS.

Nagrody na pojedynczych zawodach funduje organizator według posiadanych możliwości finansowych.

## Załącznik nr 1

### **REGULAMIN ROZGRYWANIA ZAWODÓW OZR W SEZONIE 2024/25**

W pierwszych zawodach OZR w sezonie 2024/25 zawodnicy zostaną podzieleni na każdym dystansie na grupy startowe według czasów uzyskanych przez zawodników na poszczególnych dystansach w sezonie 2023/24.

Rozstawienia do pierwszego dystansu na pierwszych zawodach w sezonie będą na podstawie rankingu czasowego z bieżącego lub poprzedniego sezonu na danym dystansie. Zawodników nie posiadających czasu na dystansie z poprzedniego sezonu rozstawia się na podstawie „przelicznika czasowego”.

W kolejnych zawodach rozstawienia zawodników do pierwszej rundy każdego dystansu dokonuje się na podstawie rankingu czasowego uzyskanego w bieżącym lub poprzednim sezonie lub na podstawie „przelicznika czasowego) na danym dystansie (lepszy wynik).

Podstawą jest zasada że bieg na 1500m rozpoczynamy od ½ finału, bieg na 500m od ¼ finału, bieg na 1000m od ¼ lub ½ finału (2 lub 3 biegi). Czyli w zależności od ilości zawodników steward zawodów dzieli zawodników na grupy.

Zawodnicy na każdym dystansie zostaną sklasyfikowani na podstawie zajętych miejsc w swoich grupach startowych. Zawodnicy z grupy pierwszej zajmują miejsca od 1 do ostatniego w swojej grupie. Zawodnicy z drugiej grupy sklasyfikowani będą na miejscu kolejnym po ostatnim sklasyfikowanym zawodnikiem z grupy I, zawodnicy z grupy III zajmują kolejne miejsca po ostatnim sklasyfikowanym zawodniku z grupy II.

### **PRZELICZNIK CZASOWY DO BIEGÓW NA 777m, 1000 i 1500M**

W celu jak najbardziej sprawiedliwego podziału grup startowych w Ogólnopolskich Zawodach Rankingowych stosuje się „przelicznik czasowy”. Przelicznik stosujemy tylko w kategorii Juniora D i C.

$$\text{Przelicznik na 777m} = \frac{\text{czas na 500m (w sekundach)}}{500 \text{ (m)}} = \text{wynik x 777 (metry) + 2,5 s}$$

Omówienie: po podzieleniu czasu zawodnika na 500m przez ilość metrów otrzymamy wynik ile czasu potrzebujemy na przejechanie 1m. Mnożąc przez 777 m uzyskamy prognozowany czas zawodnika na 777m. Dodajemy 2,5 sekundy na utratę szybkości w końcówce biegu. Przyjmujemy 1 sekundę na dodatkowe okrążenie ponad 500m (które przyjęto do obliczeń), czyli jak bieg ma 7 okrążeń to odejmujemy 4,5 okrążenia (500m) i zostaje nam do dodania 2,5 sekundy (2,5 okrążenia x 1 sekundę)

$$\text{Przelicznik na 1000m} = \frac{\text{czas na 500m (w sekundach)}}{500 \text{ (m)}} = \text{wynik x 1000 (metry) + 4,5 s}$$

Omówienie: po podzieleniu czasu zawodnika na 500m przez ilość metrów otrzymamy wynik ile czasu potrzebujemy na przejechanie 1m. Mnożąc przez 1000m uzyskamy prognozowany czas zawodnika na 1000m. Dodajemy 4,5 sekundy na utratę szybkości w końcówce biegu. Przyjmujemy 1 sekundę na dodatkowe okrążenie ponad 500m (które przyjęto do obliczeń), czyli jak bieg ma 9 okrążeń to odejmujemy 4,5 okrążenia (500m) i zostaje nam do dodania 4,5 sekundy (4,5 okrążenia x 1 sekundę)

$$\text{Przelicznik na 1500m} = \frac{\text{czas na 1000m (w sekundach)}}{1000 \text{ (m)}} = \text{wynik x 1500 (metry) + 4,5 s}$$

Omówienie: po podzieleniu czasu zawodnika na 1000m przez ilość metrów otrzymamy wynik ile czasu potrzebujemy na przejechanie 1m. Mnożąc przez 1500m uzyskamy prognozowany czas zawodnika na 1500m. Dodajemy 4,5 sekundy na utratę szybkości w końcówce biegu. Przyjmujemy 1 sekundę na dodatkowe okrążenie ponad 1000m (które przyjęto do obliczeń), czyli jak bieg ma 13,5

okrążenia to odejmujemy 9 okrążeń (1000m) i zostaje nam do dodania 4,5 sekundy (4,5 okrążenia x 1 sekundę)

## Załącznik nr 2

### ZASADY PODZIAŁU NA GRUPY STARTOWE W ZALEŻNOŚCI OD LICZBY STARTUJĄCYCH ZAWODNIKÓW

#### 1500m Kategoria Open + juniorzy C

##### Grupa A

21 zawodników - 3 półfinały po 7 zawodników, awans 2+1 najlepszy czas  
lub

14-16 zawodników - 2 półfinały po 7-8 zawodników, awans po 3+1 najlepszy czas

Uwaga: 2 półfinały stosujemy wyłącznie w przypadku gdy wszystkich zawodników zgłoszonych do zawodów jest nie więcej niż 16 i jest tylko 1 grupa startowa.

##### Grupa B

7 zawodników (ranking 22-28) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 29 to robimy jeden bieg w składzie 8 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

Do 14 zawodników (ranking 22 – 35) - 2 półfinały) awans po 3 + 1 czas

Do 21 zawodników (ranking 22-42)) – 3 półfinały, awans 2+1 najlepszy czas

##### Grupa C

7 zawodników (ranking 43-49) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie

Dalej zasady takie same jak w grupie B

#### **GRUPA A (startujących zawodników jest nie więcej niż 24)**

Liczba startujących Zawodników = ranking	Serie -	Ilości zawodników w biegach	Awans
1-7	Półfinał i finał (wszyscy w 1 biegu)	2-7 zawodników w 1 serii	wszyscy
8	Półfinał i finał (wszyscy w 1 biegu)	8 zawodników w 1 serii	wszyscy
9	2 półfinały i finał	4 i 5 zawodników w 2 seriach	Po 2 + 1 czas
10	2 półfinały i finał	5 i 5 zawodników w 2 seriach	Po 2 + 1 czas
11	2 półfinały i finał	5 i 6 zawodników w 2 seriach	Po 3
12	2 półfinały i finał	6 i 6 zawodników w 2 seriach	Po 3
13	2 półfinały i finał	6 i 7 zawodników w 2 seriach	Po 3 + 1 czas
<b>14</b>	<b>2 półfinały i finał</b>	<b>7 i 7 zawodników w 2 seriach</b>	Po 3 + 1 czas
15	2 półfinały i finał	7 i 8 zawodników w 2 seriach	Po 4
16	2 półfinały i finał	8 i 8 zawodników w 2 seriach	Po 4
17	3 półfinały i finał	5 / 6 / 6 zawodników w 3 seriach	Po 2
18	3 półfinały i finał	6 / 6 / 6 zawodników w 3 seriach	Po 2
19	3 półfinały i finał	6 / 6 / 7 zawodników w 3 seriach	Po 2 + 1 czas
20	3 półfinały i finał	6 / 7 / 7 zawodników w 3 seriach	Po 2 + 1 czas
<b>21</b>	<b>3 półfinały i finał</b>	<b>7 / 7 / 7 zawodników w 3 seriach</b>	<b>Po 2 + 1 czas</b>
22	3 półfinały i finał	7 / 7 / 8 zawodników w 3 seriach	Po 2 + 2 czasy
23	3 półfinały i finał	7 / 8 / 8 zawodników w 3 seriach	Po 2 + 2 czasy
24	3 półfinały i finał	8 / 8 / 8 zawodników w 3 seriach	Po 2 + 2 czasy



**GRUPA B (startujących zawodników w zawodach jest więcej niż 24 i max 45)**

Ranking	Liczba startujących Zawodników	Serie -	Ilości zawodników w biegach	Awans
22-25	4	Półfinał i finał (wszyscy w 1 biegu)	4 zawodników w 1 serii	wszyscy
26	5	Półfinał i finał (wszyscy w 1 biegu)	5 zawodników w 1 serii	wszyscy
27	6	Półfinał i finał (wszyscy w 1 biegu)	6 zawodników w 1 serii	wszyscy
28	7	Półfinał i finał (wszyscy w 1 biegu)	7 zawodników w 1 serii	wszyscy
29	8	Półfinał i finał (wszyscy w 1 biegu)	7 zawodników w 1 serii	wszyscy
30	9	2 półfinały i finał	4 i 5 zawodników w 2 seriach	Po 2 + 1 czas
31	10	2 półfinały i finał	5 i 5 zawodników w 2 seriach	Po 2 + 1 czas
32	11	2 półfinały i finał	5 i 6 zawodników w 2 seriach	Po 3
33	12	2 półfinały i finał	6 i 6 zawodników w 2 seriach	Po 3
34	13	2 półfinały i finał	6 i 7 zawodników w 2 seriach	Po 3 + 1 czas
<b>35</b>	<b>14</b>	<b>2 półfinały i finał</b>	<b>7 i 7 zawodników w 2 seriach</b>	Po 3 + 1 czas
36	15	2 półfinały i finał	7 i 8 zawodników w 2 seriach	Po 4
37	16	2 półfinały i finał	8 i 8 zawodników w 2 seriach	Po 4
38	17	3 półfinały i finał	5 / 6 / 6 zawodników w 3 seriach	Po 2
39	18	3 półfinały i finał	6 / 6 / 6 zawodników w 3 seriach	Po 2
40	19	3 półfinały i finał	6 / 6 / 7 zawodników w 3 seriach	Po 2 + 1 czas
41	20	3 półfinały i finał	6 / 7 / 7 zawodników w 3 seriach	Po 2 + 1 czas
<b>42</b>	<b>21</b>	<b>3 półfinały i finał</b>	<b>7 / 7 / 7 zawodników w 3 seriach</b>	<b>Po 2 + 1 czas</b>
43		3 półfinały i finał	7 / 7 / 8 zawodników w 3 seriach	Po 2 + 2 czasy
44		3 półfinały i finał	7 / 8 / 8 zawodników w 3 seriach	Po 2 + 2 czasy
45		3 półfinały i finał	8 / 8 / 8 zawodników w 3 seriach	Po 2 + 2 czasy

**500m Kategoria Open + juniorzy C**

**Grupa A**

**20 zawodników - 4 ćwierćfinały po 5 zawodników, awans 2+2 najlepsze czasy**

**Grupa B**

**Pozostało 5 zawodników (ranking 21-25) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie**

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 26 to robimy jeden bieg w składzie 6 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

**Pozostało 10-12 - zawodników (ranking 21- 32) - 2 półfinały) awans 2+1 czas przy 10-11 zawodnikach, po 3 przy 12 zawodnikach**

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 31-32 to robimy dwa biegi półfinałowe w składzie 6 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

**Pozostało 15-18 zawodników (ranking 21-38)) – 3 ćwierćfinały, awans po 3 + 1 najlepszy czas**

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest do 38 to robimy trzy biegi ¼ finału w składzie 6 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

**Pozostało 20 zawodników - ranking 21-40 - 4 ćwierćfinały po 5 zawodników, awans 2+2 najlepsze czasy**

#### Grupa C

5-6 zawodników (ranking 41-46) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie  
Dalej zasady takie same jak w grupie B

---

#### 1000m Kategoria Open + juniorzy C

#### Grupa A

20 zawodników - 4 ćwierćfinały po 5 zawodników, awans 2+2 najlepsze czasy

#### Grupa B

Pozostało 5 zawodników (ranking 21-25) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 26 to robimy jeden bieg w składzie 6 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

Pozostało 10-12 zawodników (ranking 21-32) - 2 półfinały awans po 3

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 31-32 to robimy dwa biegi półfinałowe w składzie 6 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

Pozostało 15-18 zawodników (ranking 21-38) - 3 ćwierćfinały, awans po 3 + 1 najlepszy czas

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest do 38 to robimy trzy biegi ¼ finału w składzie 6 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

Pozostało 20 zawodników - ranking 21-40 - 4 ćwierćfinały po 5 zawodników, awans 2+2 najlepsze czasy

#### Grupa C

5-6 zawodników (ranking 41-46) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie  
Dalej zasady takie same jak w grupie B

#### 1000m juniorzy D

#### Grupa A

18 zawodników - 3 półfinały po 6 zawodników, awans po 2  
lub

12-14 zawodników - 2 półfinały po 6-7 zawodników, awans po 3

Uwaga: 2 półfinały stosujemy wyłącznie w przypadku gdy wszystkich zawodników zgłoszonych do zawodów jest nie więcej niż 14 i jest tylko 1 grupa startowa (A).

#### Grupa B

Pozostało 6 zawodników (ranking 19-24) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 25 to robimy jeden bieg w składzie 7 osobowym, jeżeli zawodników jest więcej to patrz niżej

Pozostało 12 zawodników (ranking 19-30) - 2 półfinały - awans po 3 zawodników, a przy 14 zawodnikach awans 3+1

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 31-32 to robimy dwa biegi półfinałowe w składzie 7 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

Pozostało 18 zawodników - ranking 19-36 - 3 półfinały po 6 zawodników, awans po 2

#### Grupa C

6 zawodników (ranking 37-42) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie  
Dalej zasady takie same jak w grupie B

---

#### 500m juniorzy D

#### Grupa A

20 zawodników - 4 ćwierćfinały po 5 zawodników, awans 2+2 najlepsze czasy

#### Grupa B

Pozostało 5 zawodników (ranking 21-25) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 26 to robimy jeden bieg w składzie 6 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

Pozostało 10-12 zawodników (ranking 21-32) - 2 półfinały awans 2+1 czas przy 10-11 zawodnikach, po 3 przy 12 zawodnikach

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 31-32

to robimy dwa biegi półfinałowe w składzie 6 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej  
**Pozostało 15-18 zawodników (ranking 21-38) – 3 ćwierćfinały, awans po 3 + 1 najlepszy czas**  
Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest do 38  
to robimy trzy biegi ¼ finału w składzie 6 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej  
**Pozostało 20 zawodników -ranking 21-40 -4 ćwierćfinały po 5 zawodników, awans 2+2 najlepsze czasy**

#### Grupa C

5-6 zawodników (ranking 41-46) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie  
Dalej zasady takie same jak w grupie B

---

#### 777m juniorzy D

##### Grupa A

18 zawodników - 3 półfinały po 6 zawodników, awans po 2  
lub

12-14 zawodników -2 półfinały po 6-7 zawodników, awans po 3

Uwaga: 2 półfinały stosujemy wyłącznie w przypadku gdy wszystkich zawodników zgłoszonych do zawodów jest nie więcej niż 14 i jest tylko 1 grupa startowa (A).

##### Grupa B

**Pozostało 6-7 zawodników (ranking 19-24) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie**

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 25

to robimy jeden bieg w składzie 7 osobowym, jeżeli zawodników jest więcej to patrz niżej

**Pozostało 12 -14 zawodników (ranking 19– 30/32) - 2 półfinały -awans po 3 zawodników, a przy 14 zawodnikach awans 3+1**

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 31-32

to robimy dwa biegi półfinałowe w składzie 7 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

**Pozostało 18 zawodników (ranking 19-36) – 3 półfinały , awans po 2**

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest do 39

to robimy trzy biegi półfinałowe w składzie 7 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

##### Grupa C

**6 zawodników (ranking 37-42) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie**

Dalej zasady takie same jak w grupie B

---

#### Juniorzy E

##### 500 m

##### Grupa A

18 zawodników - 3 półfinały po 6 zawodników, awans po 2  
lub

12-14 zawodników -2 półfinały po 6-7 zawodników, awans po 3

Uwaga: 2 półfinały stosujemy wyłącznie w przypadku gdy wszystkich zawodników zgłoszonych do zawodów jest nie więcej niż 14 i jest tylko 1 grupa startowa (A).

##### Grupa B

**Pozostało 6 zawodników (ranking 19-24) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie**

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 25

to robimy jeden bieg w składzie 7 osobowym, jeżeli zawodników jest więcej to patrz niżej

**Pozostało 12-14 zawodników (ranking 19– 30/32) - 2 półfinały -awans po 3 zawodników, a przy 14 zawodnikach awans 3+1**

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 31-32

to robimy dwa biegi półfinałowe w składzie 7 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

**Pozostało 18 zawodników -ranking 17-36 -3 półfinały po 6 zawodników, awans po 2**

##### Grupa C

**6 zawodników (ranking 37-42) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie**

Dalej zasady takie same jak w grupie B

---

#### 222m

##### Grupa A

18 zawodników - 3 półfinały po 6 zawodników, awans po 2

**lub**

**12-14 zawodników -2 półfinały po 6-7 zawodników, awans po 3**

Uwaga: 2 półfinały stosujemy wyłącznie w przypadku gdy wszystkich zawodników zgłoszonych do zawodów jest nie więcej niż 14 i jest tylko 1 grupa startowa (A).

**Grupa B**

**Pozostało 6 zawodników (ranking 19-24) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie**

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 25 to robimy jeden bieg w składzie 7 osobowym, jeżeli zawodników jest więcej to patrz niżej

**Pozostało 12-14 zawodników (ranking 19– 30/32) - 2 półfinały -awans po 3 zawodników, a przy 14 zawodnikach awans 3+1**

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 31-32 to robimy dwa biegi półfinałowe w składzie 7 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

**Pozostało 18 zawodników -ranking 17-36 -3 półfinały po 6 zawodników, awans po 2**

**Grupa C**

**6 zawodników (ranking 37-42) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie**

Dalej zasady takie same jak w grupie B

---

**333 m**

**Grupa A**

**18 zawodników - 3 półfinały po 6 zawodników, awans po 2**

**lub**

**12-14 zawodników -2 półfinały po 6-7 zawodników, awans po 3**

Uwaga: 2 półfinały stosujemy wyłącznie w przypadku gdy wszystkich zawodników zgłoszonych do zawodów jest nie więcej niż 14 i jest tylko 1 grupa startowa (A).

**Grupa B**

**Pozostało 6 zawodników (ranking 19-24) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie**

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 25 to robimy jeden bieg w składzie 7 osobowym, jeżeli zawodników jest więcej to patrz niżej

**Pozostało 12-14 zawodników (ranking 19– 30/32) - 2 półfinały -awans po 3 zawodników, a przy 14 zawodnikach awans 3+1**

Uwaga: jeżeli zgłoszonych wszystkich zawodników na tym dystansie (grupa A + B) jest 31-32 to robimy dwa biegi półfinałowe w składzie 7 osobowym, jeżeli więcej to patrz niżej

**Pozostało 18 zawodników -ranking 17-36 -3 półfinały po 6 zawodników, awans po 2**

**Grupa C**

**6 zawodników (ranking 37-42) - 1 półfinał, a później finał w tym samym składzie**

Dalej zasady takie same jak w grupie B

---