

## Přebory Prahy staršího žactva a dorostu



### Pořadatel

Technicky zajišťuje atletický klub/oddíl Spartak Praha 4

### Datum

20.06.2020 - 21.06.2020

### Místo

Praha - Děkanka (Děkanská vinice I 5/987 14000 Praha 4)

### Vedoucí činovníci

#### Startují

Dorostenci	2003-2004
Žáci	2005-2006
Dorostenky	2003-2004
Žákyně	2005-2006

K Přeboru bude vybráno 36 nejlepších podle letošních tabulek výkonů v běžeckých disciplínách a dále, 25 v ostatních skocích a 22 ve vrhačských soutěžích. Ve sprintech na 60 a 100 m a překážkách na 100/110 m bude 30 nejlepších nasazeno do pěti rozběhů, z nichž vítězové postoupí do finále A a doplní je jeden další s nejlepším časem. Další podle časů poběží finále B. Posledních 6 vybraných závodníků bude zařazeno do šestého rozběhu, z něhož dle postoupit pouze časem.

Aby nedošlo u někoho při letošní sezoně, kdy nebylo dost závodů, k poškození, jsou pro ty, kteří nemají v tabulkách zaznamenány a tím i v přihlášce neuvedený výkon, vypsány kvalifikace na 60 m a 100 m. Zde zaběhnuté časy budou použity pro nasazení do rozběhů.

#### Soutěže

Dorostenci	100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 110 m př., 300 m př., 2000 m př., 4x100 m, 4x400 m, výška, tyč, dálka, trojskok, koule 5kg, disk 1,5kg, kladivo 5kg, oštěp 700g
Dorostenky	100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 100 m př., 300 m př., 2000 m př., 4x100 m, 4x400 m, výška, tyč, dálka, trojskok, koule 3kg, disk 1kg, kladivo 3kg, oštěp 500g
Žáci	60 m, 150 m, 300 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 100 m př., 200 m př., 1500 m př., 4x60 m, 4x300 m, výška, tyč, dálka, koule 4kg, disk 1kg, kladivo 4kg, oštěp 600g
Žákyně	60 m, 150 m, 300 m, 800 m, 1500 m, 100 m př., 200 m př., 1500 m př., 4x60 m, 4x300 m, výška, tyč, dálka, koule 3kg, disk 0,75kg, kladivo 3kg, oštěp 500g

#### Technická ustanovení

##### Omezení startu

Přihlásit lze ke startu maximálně ve třech individuálních disciplínách. Start ve štafetách není omezen. V jednom dni může žactvo startovat pouze v jednom běhu na 300 m a delším, v dorostenecké kategorii na 800 m a delším.

## Základní výšky a kvalifikační výkon v dálce.

Výška - dorostenci 153 cm dorostenky 138 cm žáci 148 cm žákyně 133 cm

Tyč 250 cm 205 cm 220 cm 205 cm

Dálka limit : žáci 520 cm a žákyně 475 cm

### Měřicí zařízení

Použití certifikovaných zařízení pro měření:

Cílová kamera: ANO

Větroměr běhy: ANO

Větroměr dálka: ANO

### Přihlášky

Podávají oddíly na webové stránce ČAS (<http://www.atletika.cz>), a to od 1. 6. 2020 do 18. 6. 2020 (23:59).

### Rozcvičování

K rozcvičování je možno použít 130 m dlouhou rovinku za tribunou s povrchem z umělé trávy a případně i 50 m dlouhou nakloněnou rovinku s tartanovým povrchem vedle ní.

### Kontrola náčiní

Závodníci, resp. závodnice, mohou při soutěžích používat vlastní náčiní, které však musí nejpozději 60 minut před zahájením vlastní soutěže předložit ke kontrole příslušnému rozhodčímu v garáži vedle schodů na dráhu.

### Šatny

Šatny jsou umístěny v atletickém objektu. Použijte, prosím, šatny pouze k převlékání. Pořadatel upozorňuje, že neodpovídá za uložené věci. Toalety jsou k dispozici v přízemí.

## Časový pořad

**sobota, 20.6.2020**

Čas	Disciplíny			
10:00	3000 m Žci Finále	výška Žci Finále výška Dci Finále disk 1kg Dky Finále	dálka Dky Finále	koule 4kg Žci Finále
10:15	3000 m Dci Finále			
10:30	3000 m Dky Finále			
10:50	60 m Žci Kvalifikace			
10:55	60 m Žky Kvalifikace			
11:05	100 m Dci Kvalifikace	koule 3kg Žky Finále		
11:10	100 m Dky Kvalifikace			
11:15	vyhlášení vítězů běhů na 3000 m a koule ŽI			
11:25	110 m př. Dci Rozběh	dálka Dci Finále	disk 1kg Žci Finále	
11:40	100 m př. Žci Rozběh			
11:50	100 m př. Dky Rozběh			
12:00	100 m př. Žky Rozběh			
12:10	60 m Žci Rozběh	koule 5kg Dci Finále		
12:25	60 m Žky Rozběh			
12:40	100 m Dci Rozběh	tyč Žky Finále tyč Dky Finále	dálka Žci Kvalifikace	disk 0,75kg Žky Finále
12:55	100 m Dky Rozběh			

13:10	vyhlášení vítězů: výška a dálka DI, dálka a disk DY, výška a disk ŽI, koule ŽY		
13:20	110 m př. Dci Finále AB		
13:35	100 m př. Žci Finále AB	koule 3kg Dky Finále	
13:45	100 m př. Dky Finále AB		
13:55	100 m př. Žky Finále AB	dálka Žky Kvalifikace	disk 1,5kg Dci Finále
14:10	100 m Dci Finále AB		
14:20	100 m Dky Finále AB		
14:35	60 m Žci Finále AB		
14:45	60 m Žky Finále AB		
15:00	vyhlášení vítězů: koule DI a DY, disk ŽI a ŽY, všechny překážky a sprinty		
15:10	1500 m Žky Finále		
15:20	1500 m Žci Finále	trojskok Dci Finále	
15:30	1500 m Dky Finále		
15:40	1500 m Dci Finále		
15:50	300 m Žky Běh		
16:00	300 m Žci Běh		
16:15	400 m Dky Běh		
16:25	400 m Dci Běh		
16:35	vyhlášení vítězů: běhy na 1500 m, tyč DY a ŽY, trojskok DI		
16:45	4x100 m Dky Finále		
16:50	4x100 m Dci Finále		
17:00	4x60 m Žky Finále		
17:10	4x60 m Žci Finále		
17:20	vyhlášení vítězů: běhy na 300 m a 400 m, štafety		

Čas	Disciplíny			
13:00	200 m př. Žky Běh	tyč Dci Finále tyč Žci Finále	kladivo 5kg Dci Finále	oštěp 500g Žky Finále
13:10	200 m př. Žci Běh	trojskok Dky Finále		
13:30	300 m př. Dky Běh			
13:45	300 m př. Dci Běh			
14:00	800 m Žky Běh			
14:10	800 m Žci Běh	dálka Žci Finále	kladivo 3kg Dky Finále	oštěp 600g Žci Finále
14:20	800 m Dky Běh			
14:30	800 m Dci Běh			
14:40	vyhlášení vítězů: překážky, oštěp ŽY, kladivo DI, trojskok DY			
14:50	150 m Žky Běh			
15:05	150 m Žci Běh	dálka Žky Finále		
15:25	200 m Dky Běh	kladivo 4kg Žci Finále	oštěp 500g Dky Finále	
15:40	200 m Dci Běh			
15:55	2000 m př. Dci Finále	výška Dky Finále výška Žky Finále		
16:05	vyhlášení vítězů: běhy na 800 m, 150 m, 200 m, oštěp a dálka ŽI, kladivo DY, dálka ŽY			
16:15	2000 m př. Dky Finále			
16:30	1500 m př. Žky Finále	kladivo 3kg Žky Finále	oštěp 700g Dci Finále	
16:40	1500 m př. Žci Finále			
16:50	vyhlášení vítězů: 2000 a 1500 m překážek, oštěp DY, kladivo ŽI, dálka ŽY			
17:00	4x300 m Žky Finále			
17:10	4x300 m Žci Finále			
17:25	4x400 m Dky Finále			
17:35	4x400 m Dci Finále			
17:45	vyhlášení vítězů: oštěp DI, kladivo ŽY, výška DY a ŽY, štafety			