



**KRAKOWSKA LIGA
LEKKOATLETYCZNA**

Biegi dla dorosłych - najważniejsze informacje

1. Zasady rozgrywania biegów na 100 metrów:

- Bieg poprzedzają 3 komendy startowe:
 - 1) na miejsce 2) gotów 3) sygnał dźwiękowy - rozpoczynający bieg i tym samym pomiar czasu
- Start z bloków startowych
- Bieg po swoich torach od startu do mety
- pomiar czasu z dokładnością do setnych części sekundy

2. Zasady rozgrywania biegów na 800 metrów:

- Bieg poprzedzają 2 komendy startowe:
 - 1) na miejsce 2) sygnał dźwiękowy - rozpoczynający bieg i tym samym pomiar czasu
- Start wysoki
- Start wspólny z jednej linii po czym następuje zbiegnięcie do pierwszego toru
- pomiar czasu z dokładnością do setnych części sekundy

3. Nagrody

Trzech pierwszych zawodników, zarówno wśród pań jak i panów, otrzyma pamiątkowe medale.