

## **ZASADY KWALIFIKACJI ZAWODNIKÓW DO REPREZENTACJI POLSKI NA MISTRZOSTWA ŚWIATA JUNIORÓW W 2020 ROKU**

1. Reprezentacja juniorów na MŚJ w Turcji zostanie powołana przez Zarząd PZOS na wniosek Trenera KNJ.

2. Zawodnicy zostaną wyłonieni w oparciu o system startów eliminacyjnych, wynik sprawdzianu biegowego oraz obserwacji trenerów KNJ, po spełnieniu niżej wymienionych warunków:

- posiadania aktualnej licencji zawodniczej PZOS
- posiadania aktualnych badań sportowo - lekarskich

3. Biegi eliminacyjne:

| Lp. | Data  | Miejsce      | Zawody               | Rodzaj biegu       |
|-----|-------|--------------|----------------------|--------------------|
| 1   | 14.03 | Falenica     | Zimowe Biegi Górskie | Cross - limit      |
| 2   | 23.05 | dolnośląskie | konsultacje          | b. średni -el      |
| 3   | 24.05 | Sobótka      | Puchar Ślęży         | b. klasyczny -el   |
| 4   | 06.06 | Legnica      | MP                   | b. sprinterski -el |

Biegi na dystansie sprinterskim i średniodystansowym będą odbywać się na takich samych trasach dla kategorii KM 18 i KM 20. Ogółem przewiduje się przeprowadzenie 3 biegów kwalifikacyjnych, z czego do końcowej klasyfikacji zalicza się wszystkie 3.

4. Punktacja w/w startów eliminacyjnych odbywa się według następujących zasad:

za każde zwycięstwo zawodnik uzyskuje 100 pkt, pozostali zawodnicy zdobywają punkty w zależności od straty czasu do zwycięzcy

- w przypadku biegu klasycznego - 1 % straty do zwycięzcy to -4 pkt.,
- w przypadku biegu średniodystansowego - 1 % straty do zwycięzcy to -5 pkt.,
- w przypadku biegu sprinterskiego - 1 % straty do zwycięzcy to -7 pkt.;

5. Sprawdzian biegowy:

zawodnicy mają obowiązek wystartować w sprawdzianie crossowym, który odbędzie się podczas Ogólnopolskich Konsultacji w Warszawie w dniach 13-15.03. Bieg crossowy odbędzie się w Falenicy w dniu 14.03. Najpóźniej w dniu poprzedzającym start zostanie podany limit czasowy (w zależności od warunków atmosferycznych), który trzeba będzie spełnić, żeby zostać zakwalifikowanym do reprezentacji.

Dystanse: K20 – 6,6 km; M20 – 10 km

Zawodnicy, którzy z powodu kontuzji, choroby itp. nie spełnią normy czasowej na crossie w Falenicy będą mogli uzyskać normę biegową w innym terminie na zasadach ustalonych przez Trenera KNJ.

6. Na MŚJ 2020 reprezentacja Polski będzie liczyła maksymalnie 12 zawodników (po 6). W skład reprezentacji wejdą zwycięzcy eliminacji w kategorii K i M oraz zawodnik i zawodniczka, którzy zdobędą największą liczbę punktów w 2 biegach eliminacyjnych, w których rywalizują zawodnicy KM18 i KM20 (b. sprinterski i średniodystansowy), pod warunkiem uzyskania normy biegowej. Pozostałe miejsca są do dyspozycji Trenera KNJ.

7. Zawodnicy powołani do reprezentacji na MŚJ mają obowiązek uczestniczyć w akcjach szkoleniowych odbywających się do czasu imprezy głównej, jeśli zostaną na nie powołani.

8. Udział w eliminacjach odbywa się na koszt klubów lub własny.

9. PZOS informuje, że program szkoleniowo-startowy dla kadry juniorów może ulec modyfikacji w przypadku zaistnienia obiektywnych przyczyn. O powstałych zmianach kluby i zawodnicy kadry zostaną poinformowani odpowiednim komunikatem.

Trener KNJ Agata Porzyc

Zatwierdzone przez Zarząd PZOS 26.02.2020