



Warszawa, 24.11.2023 r.

## ZASADY KWALIFIKACJI ZAWODNIKÓW DO REPREZENTACJI POLSKI NA MISTRZOSTWA EUROPY JUNIORÓW W 2024 ROKU.

1. Reprezentacja Polski na MEJ w Szczecinie (Polska) zostanie powołana przez Zarząd PZOS na wniosek Trenera KNJ.

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

- posiadania aktualnej licencji zawodniczej PZOS;
- posiadania aktualnych badań sportowo - lekarskich;
- ewidencji realizacji treningów biegowych (strava) oraz technicznych (livelox).

3. Przewiduje się przeprowadzenie czterech biegów kwalifikacyjnych wg poniższej tabeli:

Lp.	Data	Miejsce	Zawody	Konkurencja
1.	17.03.2024	Łódź	Łódzkie Biegi Górskie	cross 6,6 km
2.	13/14.04.24	Wyrzysk	Kuyavia Cup	klasyk
3.	19.04.2024	Jelenia Góra	Klubowe Mistrzostwa Polski	sprint
4.	20.04.2024	Jelenia Góra	Klubowe Mistrzostwa Polski	klasyk

4. Punktacja w/w startów kwalifikacyjnych odbywa się według następujących zasad: za każde zwycięstwo zawodnik uzyskuje 100 pkt, pozostali zawodnicy zdobywają punkty w zależności od straty czasu do zwycięzcy:

- bieg klasyczny - 1 % straty do zwycięzcy to - 4 pkt.,
- bieg średniodystansowy - 1 % straty do zwycięzcy to - 5 pkt.,
- bieg sprinterski - 1 % straty do zwycięzcy to - 7 pkt.;
- sprawdzian biegowy - 1% straty do zwycięzcy to - 5 pkt.

5. Sprawdzian biegowy:

Kategoria:	Dystans:	Limit czasowy:	Tempo:
K16	6,6 km + 140 up	34'	5:09/km
K18	6,6 km + 140 up	33'	5:00/km
M16	6,6 km + 140 up	29'	4:23/km
M18	6,6 km + 140 up	28'	4:14/km



Zawodnicy, mogą potwierdzić formę biegową na dowolnym etapie w 2024 roku (21.01, 25.02) natomiast punkty za bieg kwalifikacyjny będą przyznawane tylko w wyznaczonym terminie (17.03). Osoby, które nie spełnią limitu czasowego, nie będą powoływani na zgrupowania KNJ oraz przy aktualizacji kadry po biegach kwalifikacyjnych zostaną z niej usunięci. W uzasadnionych przypadkach osoba może pozostać w grupie szkolonych zawodników KNJ na wniosek sztabu szkoleniowego i akceptacji Zarządu. W szczególnym przypadku dopuszcza się wyznaczenie dodatkowego terminu biegu po zakończeniu kwalifikacji, ale przed ostatecznym powołaniem zawodników na imprezy mistrzowskie. W przypadku niesprzyjających warunków atmosferycznych sztab szkoleniowy zastrzega sobie prawo do zmiany limitów czasowych.

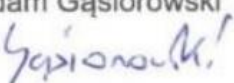
6. Reprezentacja Polski będzie liczyła maksymalnie 16 zawodników (po 4 w każdej kategorii). W skład reprezentacji wejdą 2 pierwsze osoby z każdej kategorii, które zdobędą największą liczbę punktów, pod warunkiem uzyskania normy biegowej i straty punktowej do zwycięzcy kwalifikacji nie większej niż 20%. Pozostałe miejsca są do dyspozycji sztabu szkoleniowego KNJ.

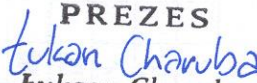
7. Ostateczny skład zostanie podany do 09.06.2024 r. (deadline EYOC 11.06.2024)

8. Zawodnicy powołani do reprezentacji na MEJ mają obowiązek uczestniczyć w zgrupowaniach kadrowych odbywających się do czasu imprezy głównej, jeśli zostaną na nie powołani.

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.

10. W przypadkach spornych wynikających ze specyfiki orientacji sportowej, ostateczna interpretacja dokumentu należy do Zarządu Polskiego Związku Orientacji Sportowej.

Trener KNJ  
Adam Gąsiorowski  


PREZES  
  
Łukasz Charuba