



БФЛА

Изменения на точки 40, 41, 42 и 45 от Наредбата за провеждане на състезанията от държавния спортен календар на БФЛА 2021-2024  
Одобрени от Управителния съвет на БФЛА на 14 декември 2021 г., в сила с незабавен ефект

**Точки 40, 41, 42 и 45 от Наредбата на БФЛА 2021-2024**  
**(изменения в червено/удебелен шрифт и изтрито в син/шрифт)**

**СПОРТНО-ТЕХНИЧЕСКИ ИЗИСКВАНИЯ**

...

40. Състезателните дисциплини на НШ за всяка възрастова група са посочени в Таблицы 2 и 3. (Виж и изискванията, посочени след таблиците)

...

Таблица 3

**СЪСТЕЗАТЕЛНИ ДИСЦИПЛИНИ НА ОТКРИТО**

Пол и възрастова група	Група дисциплини	Състезателна дисциплина
Юноши под 20 г.	Спринтови бягания	100 m, 200 m, 400 m
	Средни и дълги бягания	800 m, 1500 m, 5000 m, 10 000 m
	Препятствени бягания	110 m пр.б., 400 m пр.б., 3000 m пр.б.
	Щафетни бягания	4x100 m, 4x400 m
	Спортно ходене	10 km
	Крос	Препоръчително разстояние: 6 km
	Планинско бягане	<del>Класическа дисциплина: 5 до 6 km</del> <b>Класическо изкачване: 5 до 6 km, с минимум 70 m денивелация на 1 km, ср. наклон 12-24%;</b> <b>Класическо изкачване и спускане (обиколка): 5 до 6 km, припл. 300 m денивелация на 5-6 km</b>
	Скокове	Скок височина, Овчарски скок, Скок дължина, Троен скок
Хвърляния	Гюле, Диск, Чук, Копие	
Многобой	Десетобой: 100 m; СД; Г; СВ; 400 m // 110 m пр.б.; Д; ОС; К; 1500 m.	
Девойки под 20 г.	Спринтови бягания	100 m, 200 m, 400 m
	Средни и дълги бягания	800 m, 1500 m, 3000 m, 5000 m
	Препятствени бягания	100 m пр.б., 400 m пр.б., 3000 m пр.б. или 2000 m пр.б.
	Щафетни бягания	4x100 m, 4x400 m
	Спортно ходене	10 km
	Крос	Препоръчително разстояние: 4 km

	Планинско бягане	<del>Класическа дисциплина: 5 до 6 km</del> <b>Класическо изкачване: 5 до 6 km, с минимум 70 m денивелация на 1 km, ср. наклон 12-24%;</b> <b>Класическо изкачване и спускане (обиколка): 5 до 6 km, пригл. 300 m денивелация на 5-6 km</b>
	Скокове	Скок височина, Овчарски скок, Скок дължина, Троен скок
	Хвърляния	Гюле, Диск, Чук, Копие
	Многобой	Седмобой: 100 m пр.б.; СВ; Г; 200 m // СД; К; 800 m.
<b>Продължение Мъже</b>	Спринтови бягания	100 m, 200 m, 400 m
	Средни и дълги бягания	800 m, 1500 m, 5000 m, 10 000 m
	Препятствени бягания	110 m пр.б., 400 m пр.б., 3000 m пр.б.
	Щафетни бягания	4x100 m, 4x400 m
	Спортно ходене	20 km, <b>35 km</b>
	Крос	Препоръчително разстояние: 10 km (за <b>младежи мъже</b> до 23 г. – 8 km).
	Планинско бягане	<del>Класическа дисциплина: 10 до 12 km, дълга дистанция – до 42.2 km</del> <b>Класическо изкачване: 6 до 8 km, с минимум 70 m денивелация на 1 km, ср. наклон 12-24%;</b> <b>Класическо изкачване и спускане (обиколка): 12 до 18 km, пригл. 300 m денивелация на 5-6 km</b>
	<b>Свръхдълго (планинско) бягане</b>	<b>45 до 60 km, с минимум 2000 m денивелация – Категория М (виж TR57.9.2)</b>
	Шосейно бягане	Маратон (42.195 km) и полумаратон
	Скокове	Скок височина, Овчарски скок, Скок дължина, Троен скок
	Хвърляния	Гюле, Диск, Чук, Копие
	Многобой	Десетобой: 100 m; СД; Г; СВ; 400 m // 110 m пр.б.; Д; ОС; К; 1500 m.
	<b>Жени</b>	Спринтови бягания
Средни и дълги бягания		800 m, 1500 m, 5000 m, 10 000 m
Препятствени бягания		100 m пр.б., 400 m пр.б., 3000 m пр.б.
Щафетни бягания		4x100 m, 4x400 m
Спортно ходене		20 km, <b>35 km</b>
Крос		Препоръчително разстояние: 8 km (за <b>девојки жени</b> до 23 г. – 6 km).
Планинско бягане		<del>Класическа дисциплина: 10 до 12 km, дълга дистанция – до 42.2 km</del> <b>Класическо изкачване: 6 до 8 km, с минимум 70 m денивелация на 1 km, ср. наклон 12-24%;</b> <b>Класическо изкачване и спускане (обиколка): 12 до 18 km, пригл. 300 m денивелация на 5-6 km</b>
<b>Свръхдълго (планинско) бягане</b>		<b>45 до 60 km, с минимум 2000 m денивелация – Категория М (виж TR57.9.2)</b>
Шосейно бягане		Маратон (42.195 km) и полумаратон
Скокове		Скок височина, Овчарски скок, Скок дължина, Троен скок
Хвърляния		Гюле, Диск, Чук, Копие
Многобой		Седмобой: 100 m пр.б.; СВ; Г; 200 m // СД; К; 800 m.

41. Организационни **и технически** изисквания:

...

**42.2** **Относно Други** технически изисквания:

- 42.2.1 При препятствените бягания – разстоянията и височините са посочени в Таблица 4.
- 42.2.2 Линията за отскачане при Троен скок за юноши и девойки под 18 г. е на разстояние от площта за приземяване 9 m за девойките и 11 m за юношите, а при участието на състезатели с по-високо ниво на подготовка решение взема Техническият делегат.
- 42.2.3 При Хвърлянията теглото на уредите трябва да отговаря на стойностите в Таблица 5.

Таблица 4

**ПРЕПЯТСТВИЯ - СТАНДАРТНИ ВИСОЧИНИ И РАЗСТОЯНИЯ**

Пол и възрастова група	Дисциплина (m)	Височина (m)	Брой препятствия	Разстояния (m)		
				От старта до първо препятствие	Между две препятствия	От последно препятствие до финала
Момчета под 14 г.	60	0.762	5	12.00	7.30	18.80
Момчета под 16 г.	60	0.762	5	<del>12.50</del> <b>13.00</b>	8.00	<del>15.50</del> <b>15.00</b>
	100	0.762	10	13.00	8.00	15.00

**НАЦИОНАЛНИ ШАМПИОНАТИ ПО ДИСЦИПЛИНИ С ОТДЕЛНИ НАРЕДБИ**

45. Национални шампионати по дисциплини с отделни наредби, както следва:

...

- 45.6 НШ по крос - за мъже и жени, мъже и жени под 23 г., юноши и девойки под 20 г. и под 18 г., момчета и момичета под 16 г. (~~По Наредба за състезанието, като~~ БФЛА може да включи и провеждането на смесено щафетно кросово бягане за възрастовата група мъже и жени, което не е изрично предвидено в Таблица 3. Неговият формат се определя в отделната Наредба за НШ по крос).
- 45.7 **НШ по оф-роуд бягане (включва състезания по планинско и свръхдълго бягане)** - за мъже и жени, юноши и девойки под 20 г. и под 18 г., момчета и момичета под 16 г. (~~По Наредба за състезанието като БФЛА може да провежда и допълнителен НШ по планинско бягане за мъже и жени — дълга дистанция, който също се организира с отделна Наредба~~) **Състезанието се провежда в 2 дни, като всяка дисциплина за съответната възрастова група трябва да отговаря на максимално допустимото в Таблица 3. За всички състезания количеството на асфалтирания път не трябва да надвишава 20% от общото разстояние.**

Съставяне: Емил Здравков

© Изменения на точки 40, 41, 42 и 45 от Наредбата на БФЛА 2021-2024, в сила от 14 декември 2021 г.