

**İSTANBUL BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ**  
**19 MAYIS GENÇLİK KUPASI ATLETİZM YARIŞMALARI**  
**16-17 MAYIS 2026**

<b>Yarışma Yeri</b>	Maltepe Kenan Onuk Atletizm Pisti
<b>Tarih ve Saat</b>	16-17 Mayıs 2026 Cumartesi-Pazar günleri 13:30-17:30
<b>Kayıt tarihleri</b>	1 Nisan 2026'dan 12 Mayıs 2026 Salı günü saat 13:30'a kadar
<b>Kayıt adresi</b>	<a href="https://event.spor.istanbul">https://event.spor.istanbul</a>
<b>Kayıt bedeli</b>	Her sporcu için 50 TL
<b>Yaş Grupları</b>	U12 kızlar ve erkekler (2015-2016 doğumlular) U14 kızlar ve erkekler (2013-2014 doğumlular) U16 kızlar ve erkekler (2011-2012 doğumlular) U18 kadınlar ve erkekler (2009-2010 doğumlular)  Her sporcu, kendi doğum yılına ilişkin kategorinin bir üstündeki kategoride yarışabilir, ancak yarışmalar süresince hep aynı kategoride yarışması gerekir.

- Yarışmaya katılacak olan sporcuların 2026 yılı vizeli kulüp, okul veya ferdi atletizm lisansı olması gerekmektedir.
- Her sporcu en fazla iki bireysel branşa kayıt olabilir ve ayrıca bir bayrak yarışında koşabilir. Bayrak yarışı kaydı sistem üzerinden yapılmaz, yarışma günü yarışma yerinde bildirilir.
- Bayrak yarışlarına katılmak isteyen takımlar, koşucu sıralamasını da belirten listelerini ilgili yarışın başlama saatinden en az iki saat önce Yarışma Sekreterliğine teslim etmelidir.
- Yarışma programı, kayıtların kapanmasından sonra katılım sayılarına göre düzenlenerek ilan edilecektir.
- Kayıtlı sporcular, göğüs numaralarını yarışma günleri tesise girişlerinde teslim alacaklardır.
- 60m, 80m ve 100m branşları seçme-final yapılacaktır. Seçme serilerinde en hızlı 8 dereceyi elde eden atletler final hakkı kazanacaklardır. Bu branşlarda 8'den fazla sporcu kaydı olmaz ise yarışmalar doğrudan final olarak yapılacaktır
- 60m, 80m ve 100m dışındaki tüm koşu branşları seriler halinde yapılacak, genel sıralama serilerde alınan derecelere göre belirlenecektir.
- Yarışmalar, World Athletics Yarışma ve Teknik Kuralları, Türkiye Atletizm Federasyonu Yarışma Talimatı ve bu statüde belirtilen hükümler kapsamında düzenlenecektir.
- U16 ve U18 yarışmaları World Athletics Küresel Takvimi'nde yer almakta olup, elde edilen dereceler uluslararası geçerliliğe sahip olacaktır.
- Branşlarında ilk üç sırayı alan sporculara madalya, tüm sporculara ise katılım madalyası verilecektir.

**BRANŐLAR:****U12 (2015-2016 doğumlular)**

U12 KIZLAR		U12 ERKEKLER	
1. GÜN	2. GÜN	1. GÜN	2. GÜN
200m	60m	200m	60m
Uzun Atlama	4x50m (mekik)	Uzun Atlama	4x50m (mekik)
Fırlatma Topu		Fırlatma Topu	

**U14 (2013-2014 doğumlular)**

U14 KIZLAR		U14 ERKEKLER	
1. GÜN	2. GÜN	1. GÜN	2. GÜN
200m	80m	200m	80m
600m	Uzun Atlama	600m	Uzun Atlama
Gülle Atma	4x80m (mekik)	Gülle Atma	4x80m (mekik)

**U16 (2011-2012 doğumlular)**

U16 KIZLAR		U16 ERKEKLER	
1. GÜN	2. GÜN	1. GÜN	2. GÜN
100m	200m	100m	200m
Gülle Atma	800m	Gülle Atma	800m
Cirit Atma	Uzun Atlama	4x100m	Uzun Atlama
4x100m	Yüksek Atlama		Disk Atma
	Disk Atma		

**U18 (2009-2010 doğumlular)**

U18 KIZLAR		U18 ERKEKLER	
1. GÜN	2. GÜN	1. GÜN	2. GÜN
100m	200m	100m	200m
800m	1500m	400m	800m
Uzun Atlama	100m Engelli	1500m	110m Engelli
Gülle Atma	4x400m	Uzun Atlama	Yüksek Atlama
4x100m		4x100m	Gülle Atma
			4x400m

## TEKNİK KONULAR:

1. Sporcular Çağrı Odası'na yarışma saatinden;
  - koşularda 15 dakika,
  - atmalarda ve yatay atlamalarda 30 dakika,
  - yüksek atlamada 50 dakikaönce alınacaklardır.
2. U12, U14 ve U16 kategorilerinde koşularda "sıfır hata" kuralı uygulanmayacak olup, ilk hatalı çıkışta tüm yarışmacılara sarı/siyah kart gösterilecek, sonraki çıkışta hata yapan sporcu(lar) diskalifiye edilecektir.
3. U12, U14 ve U16 kategorilerinde uzun atlamada basma tahtası kullanılmayacak, atlayışlar 60cm genişliğinde kireçle boyanmış ya da beyaz bantla kaplanmış zeminden yapılacaktır, sadece kireçle boyanmış ya da beyaz bantla kaplanmış zeminden yapılan atlayışlar geçerli sayılacaktır. Basma alanının kum havuzuna olan uzaklığı 2 metre olup, sporcuların koşu yolunu kullanma mesafesi sıçrama alanından itibaren 26m ile sınırlandırılacaktır.
4. Alan yarışmalarında (yüksek atlama hariç) sporcu sayısının 8'den fazla olması durumunda tüm sporcular üç (3) deneme yapacak, üç deneme sonrasında ilk sekiz (8) sırada yer alan sporcular üç deneme daha yapacaktır.
5. Atma branşlarında, kendi malzemeleri ile yarışacak olan sporcuların malzemelerini, yarışmanın başlamasından iki (2) saat önce Teknik Direktör'e imza karşılığı teslim etmeleri gerekmektedir.
6. Sporcular göğüs numaralarını yarışma süresince yarışma formasının ön tarafına takmak zorundadırlar.
7. Yüksek çıta başlangıç yüksekliği ve yükselme aralıkları aşağıdaki tabloda belirtilmiştir.

<b>U16 KIZLAR</b>	<b>1.20m</b>	<b>+5cm</b>	<b>1.40m</b>	<b>+3cm</b>	<b>1.58m</b>	<b>+2cm</b>
<b>U18 ERKEKLER</b>	<b>1.40m</b>	<b>+3cm</b>	<b>1.58m</b>	<b>+2cm</b>		

8. Atma branşlarında uygulanacak ağırlıklar aşağıdaki tabloda belirtilmiştir;

KATEGORİ	FIRLATMA TOPU	GÜLLE	DİSK	CİRİT
<b>U12 KIZLAR</b>	<b>80gr</b>	-	-	-
<b>U14 KIZLAR</b>	-	<b>2kg</b>	-	-
<b>U16 KIZLAR</b>	-	<b>3kg</b>	<b>750gr</b>	<b>400gr</b>
<b>U18 KIZLAR</b>	-	<b>3kg</b>	-	-
<b>U12 ERKEKLER</b>	<b>80gr</b>	-	-	-
<b>U14 ERKEKLER</b>	-	<b>2kg</b>	-	-
<b>U16 ERKEKLER</b>	-	<b>4kg</b>	<b>1kg</b>	-
<b>U18 ERKEKLER</b>	-	<b>5kg</b>	-	-