**PERATURAN PERTANDINGAN OLAHRAGA MSSD HULU LANGAT KE-58**

# TARIKH, MASA DAN TEMPAT

**TARIKH** : 15, 16 dan 21-24 OGOS 2023

**HARI** : ACARA PADANG - 15, 16 OGOS (SELASA DAN RABU)   
 KEJOHANAN MSSD - 21-24 OGOS (ISNIN -KHAMIS)

**MASA** : BERMULA 7.30 PAGI SETIAP HARI **TEMPAT** : STADIUM UKM, BANGI

**PENGELOLA** : PPD HULU LANGAT

SK BANDAR BARU BANGI

# BAYARAN PENYERTAAN

Yuran pertandingan adalah mengikut persetujuan yang diputuskan dalam mesyuarat jawatankuasa pelaksanaan sukan MSSD Hulu Langat.

* 1. Sekolah murid yang **melebihi** bilangan 1000 orang ialah **RM250.00**
  2. Sekolah murid yang **kurang** bilangan 1000 orang ialah **RM200.00**

# UNDANG-UNDANG PERTANDINGAN

Pertandingan ini dianjurkan di bawah Undang-undang KOAM (di mana sesuai) dan Peraturan Am MSSS serta MSSM.

# KELAYAKAN

* 1. **Peserta**
     1. Pelajar-pelajar yang bersekolah sepenuh masa di sekolah-sekolah rendah dan menengah serta sekolah swasta yang berdaftar dan bergabung dengan Majlis Sukan Sekolah-Sekolah Selangor.

# KUMPULAN-KUMPULAN UMUR

* 1. **Sekolah Rendah : Lelaki dan Perempuan**

Kelas 4 : 12 tahun dan ke bawah (Lahir pada 1.1.2011 atau selepasnya) Kelas 5 : 11 tahun dan ke bawah (Lahir pada 1.1. 2012 atau selepasnya)

* 1. Acara **Lontar Peluru, Rejam Lembing dan 1200meter** adalah acara terbuka bagi murid-murid sekolah rendah.

# PERATURAN PERTANDINGAN

* 1. Setiap daerah diwajibkan menghantar sekurang-kurangnya seorang (1) peserta dan TIDAK LEBIH daripada dua (2) orang peserta bagi setiap acara individu dan satu pasukan sahaja bagi acara lari berganti-ganti **setiap kategori lelaki dan perempuan.**
  2. Bilangan maksimum penyertaan seseorang peserta adalah seperti berikut :

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kumpulan Umur** | **Individu** | **Lari berganti-ganti** |
| 12TKB | 2 (termasuk acara terbuka) | 2 |
| 11TKB | 2 (termasuk acara terbuka) | 2 |

* 1. Nama dan nombor pelari-pelari acara lari berganti-ganti mesti diberikan kepada Ketua Pengawas satu (1) jam sebelum acara bermula.

# PERMULAAN BAGI ACARA BALAPAN

* 1. **PAKU KASUT (*SPIKES*) DAN PERALATAN**
     1. **PAKU KASUT** : Bagi kejohanan yang dijalankan di atas balapan jenis sintetik, panjang maksimum paku kasut (*spikes*) tidak melebihi 6mm, kecuali untuk acara Lompat Tinggi dan Merejam Lembing. Untuk acara- acara tersebut paku kasut tidak boleh melebihi 9mm.
     2. **PERALATAN** : Jawatankuasa Pengelola akan menyediakan peralatan termasuk Blok Permulaan.

# ACARA-ACARA PADANG

**(UKURAN DAN TIMBANGAN ALAT-ALAT PERTANDINGAN)**

# UKURAN PERMULAAN LOMPAT TINGGI

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PERINGKAT UMUR** | **LELAKI** | **PEREMPUAN** |
| 12TKB L4 | 1.17 METER | 1.05 METER |
| 11TKB L5 | 1.10 METER | 0.95 METER |

* 1. **LONTAR PELURU – BERAT PELURU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PERINGKAT UMUR** | **LELAKI** | **PEREMPUAN** |
| 12TKB | 2.72 KG | 2.72 KG |

# REJAM LEMBING – BERAT LEMBING

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PERINGKAT UMUR** | **LELAKI** | **PEREMPUAN** |
| 12TKB | 400 GRAM | 400 GRAM |

**KELAYAKAN MULA PENGUKURAN   
  
LOMPAT JAUH**

**LELAKI 4** – 4.0 METER keatas

**LELAKI 5** – 3.5 METER keatas

**PEREMPUAN 4** – 3.0 METER keatas

**PEREMPUAN 5** – 2.8 METER keatas

# LONTAR PELURU (TERBUKA)

**LELAKI** – 8.00 METER keatas  
**PEREMPUAN** – 6.00 METER keatas

# LOMPAT TINGGI

**LELAKI 4 –** 1.17m, 1.22m, 1.27m, 1.32m, 1.36m, 1.40m, 1.43m, 1.46m, 1.48m, dan seterusnya

**LELAKI 5 –** 1.10m, 1.15m, 1.20m, 1.24m, 1.28m, 1.31m, 1.34m, 1.36m, 1.38 dan seterusnya

**PEREMPUAN 4 –** 1.05m, 1.10m, 1.15m, 1.20m, 1.24, 1.28m, 1.30m, 1.32m, 1.34m, dan seterusnya

**PEREMPUAN 5** – 0.95m, 1.00m, 1.05m, 1.09m, 1.13m , 1.17m, 1.20m, 1.23m, 1.25m dan seterusnya

**MEREJAM LEMBING**

**PEREMPUAN** - 11 Meter Keatas

**LELAKI**  - 16 Meter Keatas

# ACARA LARI BERPAGAR

* 1. **80M LARI BERPAGAR**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **BIL. PAGAR** | **TINGGI PAGAR** | **PAGAR 1 DARI GARISAN PERMULAAN** | **PAGAR KE PAGAR** | **PAGAR 8 KE GARISAN PENAMAT** |
| **8** | **0.762 M** | **12.00 METER** | **8.00 METER** | **12.00 METER** |

# ACARA-ACARA BALAPAN

* 1. **Acara 80 meter Lari Berpagar**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bil Pagar** | **Tinggi Pagar** | **Jarak Dari Garisan Permulaan Ke Pagar Pertama** | **Jarak Antara Pagar** | **Jarak Dari Pagar Akhir Ke Garisan Penamat** |
| 8 | 0.762 meter | 12.00 meter | 8.00 meter | 12.00 meter |

# Acara 4 x 200 meter

* + 1. Pelari pertama akan menggunakan lorong sendiri dan akan bermula di garisan 1½ stagger seperti pelari pertama dalam acara 4 x 400 meter.
    2. Pelari ketiga akan bersedia di garisan 1 stagger yang akan disediakan.
    3. Pelari ketiga akan bersedia di garisan 1 stagger (seperti pelari kedua dalam acara 4 x 400 meter). Selepas menerima baton dari pelari kedua, pelari ketiga mestilah berlari di lorong masing-masing sehingga ke selekoh pertama dan kemudiannya pelari boleh memotong masuk ke lorong pertama.
    4. Pelari terakhir akan tersedia di tempat penerimaan baton mengikut kedudukan pelari yang mendatang dan menerima baton dengan syarat dia tidak menghalang dan menolak peserta lain.

# CARA MEMUTUSKAN KEPUTUSAN KEJOHANAN

* 1. **Penentuan Peserta Terbaik**
     1. Hadiah-hadiah peserta terbaik akan diberi kepada peserta berdasarkan pemecah rekod baru berstatus (ikut ranking kejohanan) KOM, Kejohanan MSS Asean, MSSM dan jumlah rekod yang diperbaharui dengan mengambil kira bilangan pingat emas, perak dan gangsa. Sekiranya kedudukan sama usia rekod diambil kira.

# Sekiranya tiada rekod yang diatasi / dicatat, jumlah pungutan pingat emas atau perak atau gangsa dalam acara individu akan diambil kira.

* + 1. Sekiranya pungutan pingat emas masih sama, pungutan pingat perak dan pingat gangsa dalam acara individu akan diambil kira.

# Sekiranya kedudukan masih sama juga, maka keputusan akan dibuat berdasarkan Jadual Mengira Mata IAAF bagi pencapaian terbaik acara tertentu setiap peserta

* + 1. Olahragawan dan olahragawati di beri kepada peserta terbaik keseluruhan ( lelaki dan perempuan ).

**11.2 Johan Keseluruhan**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **KEDUDUKAN /MATA** | **PERTAMA** | **KEDUA** | **KETIGA** | **KEEMPAT** |
| INDIVIDU | 5 | 3 | 2 | 1 |
| KUMPULAN | 5 | 3 | 2 | 1 |

Johan Keseluruhan Kategori Sekolah Rendah akan ditentukan melalui pungutan mata.

# PERATURAN-PERATURAN AM

* 1. **Pendaftaran Peserta-peserta**
     1. Pendaftaran peserta hendaklah dibuat bermula 17 Julai 2023 (Isnin) sebelum kejohanan dengan mengisi sistem kejohanan. Pengurus pasukan boleh mengakses sistem menggunakan *username* dan *password* yang diberikan oleh penganjur dan boleh merujuk pada panduan pengguna.
     2. Peserta-peserta yang hanya menyertai acara Lari Berganti-ganti sahaja dikehendaki mendaftar juga.
     3. Peserta **SEKOLAH RENDAH** hendaklah menyerahkan borang pendaftaran peserta (cetak daftar) serta salinan Surat Beranak yang telah disahkan oleh Guru Besar sekolah yang berkenaan.

# Pengesahan Peserta-peserta

* + 1. **Mesyuarat Pengundian**
       1. Mesyuarat penyemakan dan gugur acara akan diadakan pada 11 Ogos 2023 (Jumaat).
       2. Nama-nama peserta yang akan mengambil bahagian dalam semua acara hendaklah disahkan selewat- lewatnya pada mesyuarat tersebut. Segala pertukaran boleh dilakukan dalam mesyuarat tersebut. **SELEPAS ITU SEMUA PERTUKARAN/PENGGANTIAN TIDAK AKAN DILAYAN.**

# Taklimat Pengurus-pengurus Pasukan.

Semasa taklimat ini, hanya penarikan **TANPA** pengganti dibenarkan.

# Penarikan Diri Semasa Kejohanan Dijalankan

* + - 1. Jika didapati seseorang peserta disahkan pada Taklimat Pengurus-pengurus Pasukan, tidak mengambil bahagian dalam sesuatu acaranya, **KECUALI** jika dapat mengemukakan pengesahan sakit/cedera daripada Pegawai Perubatan , atlet berkenaan tidak akan dibenarkan menyertai acara-acara seterusnya yang didaftarkan atas namanya.

Seseorang peserta yang menarik diri daripada mana- mana acara selepas mengambil bahagian dalam pusingan awal, tanpa surat pengesahan sakit/cedera daripada Pegawai Perubatan , adalah dianggap sebagai menarik diri daripada semua acara seterusnya yang didaftarkan atas namanya.

* + - 1. Seseorang peserta yang menarik diri daripada mana- mana acara atas nasihat Pegawai Perubatan , hanya boleh mengambil bahagian seterusnya dalam semua acara yang didaftarkan atas namanya dengan mengemukakan surat pengesahan daripada Pegawai Perubatan Kejohanan kepada Pengurus Kejohanan.

# Penggantian dalam Acara Lari Berganti-ganti.

Penggantian bagi acara Lari Berganti-ganti dihadkan kepada dua (2) peserta yang didaftarkan. Peraturan ini meliputi penyertaan di Pusingan Separuh Akhir dan Akhir.

# Melaporkan Diri Peserta

* + 1. Semua peserta mesti melaporkan diri sekurang-kurangnya 30 minit bagi acara balapan dan 45 minit bagi acara padang, sebelum waktu acara berkenaan dijadualkan berlangsung. Selepas itu, mereka akan diiringi ke tempat pertandingan oleh Penyelia Peserta.
    2. Peserta-peserta **TIDAK DIBENARKAN** melaporkan diri terus kepada pegawai teknik dalam arena pertandingan. Hebahan tentang panggilan peserta-peserta untuk melaporkan diri bagi acara-acara mereka **TIDAK AKAN DIBUAT**. Maklumat meminta peserta melaporkan diri hanya disiarkan di papan kenyataan di tempat Penyelia Peserta. Hebahan hanya akan dibuat sekiranya terdapat sebarang pindaan dalam susunan acara atau program kejohanan.
    3. Peserta-peserta hendaklah berpakaian lengkap dan nombor-nombor mereka mesti disematkan dengan pin pada setiap penjuru di baju masing-masing.
    4. Peserta-peserta yang lewat melaporkan diri, iaitu 15 minit sebelum acara mereka dimulakan, **TIDAK DIBENARKAN** mengambil bahagian dalam acara tersebut dan akan dianggap sebagai telah menarik diri.

# Hak-hak Jawatankuasa Pengelola

* + 1. Tiap-tiap acara akan dijalankan mengikut tarikh dan waktu seperti yang ditetapkan, tetapi Jawatankuasa Pengelola dengan persetujuan Pengerusi Teknik dan Pembangunan Olahraga MSSD berhak meminda susunan acara jika difikirkan perlu. Jika berlaku sebarang pindaan, pengurus-pengurus pasukan akan diberitahu.
    2. Jawatankuasa Pengelola berhak memutuskan sebarang perkara tidak dicatat dalam Undang-undang Olahraga KOAM terkini, Peraturan- peraturan AM MSSS.

# 5 Bantahan

* + 1. Segala bantahan hendaklah dibuat dengan mematuhi prosedur peraturan 146 KOAM.
    2. Segala masalah berkaitan dengan kelayakan (status) seseorang peserta yang tidak dapat diselesaikan dengan memuaskan sebelum pertandingan bermula, maka peserta tersebut boleh mengambil bahagian di bawah bantahan (*under protest*) dan perkara tersebut akan dikemukakan kepada MSSD kelak.
    3. Bantahan berhubung dengan acara-acara yang sedang dijalankan hendaklah dilakukan dengan serta merta dan tidak lewat daripada:
    4. Lima belas (15) minit selepas keputusan rasmi diumumkan bagi acara- acara pusingan awal.
    5. Tiga puluh (30) minit setelah keputusan rasmi diumumkan bagi acara- acara peringkat akhir
    6. Sebarang bantahan bertulis kepada Juri Rayuan mestilah disertakan dengan wang pertaruhan sebanyak **RM200.00 (Ringgit Malaysia Dua Ratus Sahaja)**

# ACARA-ACARA YANG DIPERTANDINGKAN

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **BIL** | **ACARA** | **L12** | **L11** | **P12** | **P11** |
| 1 | 100M | x | x | x | x |
| 2 | 200M | x | x | x | x |
| 3 | 80M LARI BERPAGAR (0.762M) | x | x | x | x |
| 4 | LOMPAT TINGGI | x | x | x | x |
| 5 | LOMPAT JAUH | x | x | x | x |
| 6 | LONTAR PELURU (2.72KG) | TERBUKA | | TERBUKA | |
| 7 | REJAM LEMBING (400G) | TERBUKA | | TERBUKA | |
| 8 | 4 X 100 METER | x | x | x | x |
| 9 | 4 X 200 METER | x | x | x | x |
| 10 | 1200 METER | TERBUKA | | TERBUKA | |

**NOTA ACARA 1200M TERBUKA SEKOLAH RENDAH**

1. Atlet bersedia pada garisan permulaan dengan posisi *“standing start*” pada garisan lengkung/staggered berhampiran garisan penamat.
2. Pelepas akan memberikan arahan “ke garisan” dan diikuti dengan tembakan peluru permulaan.
3. **Bagi separuh akhir**, atlet akan bermula dengan “double start” (lengkung separa, penuh) Atlet berlari di sebelah dalam lorong yang di pandu dengan kon dan boleh memotong lorong setelah melepasi penanda di selekoh.   
   **Bagi acara akhir**, atlet mula di garisan lengkung, berlari dan terus merapati lorong satu untuk mendapat posisi terbaik.
4. Pelari akan berlari sejumlah tiga pusingan balapan bermula dan berakhir di garisan penamat. Loceng akan dibunyikan menandakan pusingan terakhir.
5. Acara ini akan dilaksanakan secara separuh akhir dan akhir. Peringkat akhir akan disertai hanya 16 orang atlet.

**KEJOHANAN BALAPAN & PADANG**

**MAJLIS SUKAN SEKOLAH SELANGOR**

**BORANG RAYUAN / BANTAHAN**

Pasukan / Sekolah : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Tarikh : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

No. Acara : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Acara : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Lelaki / Wanita)

\*(Saringan \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Separuh Akhir \_\_\_\_\_\_\_\_ / Akhir)

|  |  |
| --- | --- |
| NOMBOR PESERTA |  |
| TEMPAT KEJADIAN |  |
| MASA KEJADIAN |  |

Laporan lengkap kejadian :

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

………………………………..

Tandatangan Pengurus Pasukan

Nama :

**(KEGUNAAN PEGAWAI PERTANDINGAN SAHAJA)**

Masa terima : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Bayaran bantahan : RM \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ diterima

**KEPUTUSAN REFERI :**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

……………………………….

**Referi**

**KEPUTUSAN JURI :**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

………………………………..

**Pengerusi Juri Rayuan**

# BORANG LARI BERGANTI-GANTI

## KEJOHANAN BALAPAN PADANG DAERAH HULU LANGAT 2022

(Borang ini hendaklah diserahkan kepada Ketua Penyelia Peserta SATU JAM sebelum acara dijalankan)

PASUKAN : ……………………………………………. No. Acara : …………………………….. Acara : ……………………………………… Peringkat : ………………………………………

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Pelari** | **Nama Peserta** | **No. Peserta** | **Catatan** |
| 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| **PELARI SIMPANAN** | | | |
| 5 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |

Tandatangan Pengurus : ……………………………………………………………………... ………

**Nama** Tarikh

: ………………………………

# BORANG LARI BERGANTI-GANTI

## KEJOHANAN BALAPAN PADANG DAERAH HULU LANGAT 2022

(Borang ini hendaklah diserahkan kepada Ketua Penyelia Peserta SATU JAM sebelum acara dijalankan)

PASUKAN : ……………………………………………. No. Acara : …………………………….. Acara : ……………………………………… Peringkat : ………………………………………

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Pelari** | **Nama Peserta** | **No. Peserta** | **Catatan** |
| 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| **PELARI SIMPANAN** | | | |
| 5 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |

Tandatangan Pengurus : ……………………………………………………………………... ………

**Nama** : ……………………………………………………………………………… Tarikh : ………………………………