



**KEJOHANAN OLAH RAGA PERAK ALLCOMERS 1**  
**TAHUN 2022**  
**PERSATUAN OLAH RAGA PERAK**  
**PERATURAN PERTANDINGAN**



1. **Nama Kejohanan**

Kejohanan Olahraga Perak AllComers 1 Tahun 2022

2. **Anjuran**

Persatuan Olahraga Perak Dengan Kerjasama MSN dan MILO

3. **Tarikh dan Masa**

**26 & 27 Februari 2022 (Sabtu & Ahad) : 7.00 pagi hingga 6.00 petang**

4. **Tempat**

**Stadium Perak, Ipoh**

5. **Penyertaan**

Kejohanan ini terbuka kepada semua atlet dari persatuan olahraga negeri, pusat-pusat latihan, persatuan gabungan PO Perak , ATM, kelab-kelab , MSS Daerah, MSS Negeri dan MSSM.

6. **Undang-undang Pertandingan**

Kejohanan ini akan dijalankan mengikut peraturan-peraturan World Athletics dan KOM.

7. **Jenis Pertandingan**

Pertandingan individu dan berpasukan.

8. **Acara-acara yang Dipertandingkan**

BIL	LELAKI	WANITA
1	100 m	100 m
2	200 m	200 m
3	400 m	400 m
4	800 m	800 m
5	1500 m	1500 m
6	5000 m	5000 m
7	3000 m Lari Berhalangan	3000 m Lari Berhalangan
8	10000 m Jalan Kaki	5000 m Jalan Kaki
9	110 m Lari Berpagar	100 m Lari Berpagar
10	400 m Lari Berpagar	400 m Lari Berpagar
11	Lompat Jauh	Lompat Jauh
12	Lompat Kijang	Lompat Kijang
13	Lompat Tinggi	Lompat Tinggi
14	Lempar Cakera	Lempar Cakera
15	Lontar Peluru	Lontar Peluru
16	Rejam Lembing	Rejam Lembing
17	Baling Tukul Besi	Baling Tukul Besi
18	4x100 m	4x100 m
19	4x400 m	4x400 m



**KEJOHANAN OLAHRAGA PERAK ALLCOMERS 1**  
**TAHUN 2022**  
**PERSATUAN OLAHRAGA PERAK**  
**PERATURAN PERTANDINGAN**



**9. Yuran Penyertaan**

Wang penyertaan bagi setiap acara adalah seperti berikut :

ACARA	GABUNGAN NEGERI	BUKAN GABUNGAN
INDIVIDU	8.00	15.00
BERPASUKAN	20.00	30.00

**10. Undian Lorong**

- i. Akan ditentukan oleh Jawatankuasa Pertandingan.
- ii. Sebarang tarik diri/perubahan perlu dibuat pada atau sebelum 15 Februari. Selepas tarikh ini penyertaan disahkan dan bayaran penyertaan perlu dibuat.
- iii. Sebarang PEMBATALAN(Scratching) boleh dibuat semasa Mesyuarat Pengurus Pasukan.
- iv. Penambahan peserta/perubahan senarai peserta adalah tidak dibenarkan selepas mesyuarat Pengurus Pasukan.

**11. Pembatalan Acara**

Acara yang KURANG DARIPADA TIGA (3) orang peserta atau pasukan, tidak akan dipertandingkan.

**12. Nombor dan Huruf Peserta**

- i. Semua peserta yang bertanding hendaklah menggunakan nombor peserta yang telah disediakan oleh jawatankuasa pertandingan.
- ii. Nombor peserta akan diedarkan kepada pasukan-pasukan mengikut ketetapan berikut:  
Tarikh : 25 Februari 2022 (Jumaat)  
Tempat : Stadium Perak, Ipoh  
Masa : 4.00 petang – 5.00 petang  
Diharap semua pasukan dapat mematuhi masa yang ditetapkan ini.
- iii. Setiap peserta hendaklah memakai nombor bib mengikut peraturan World Athletics 143 (7) – “Rule on Clothing, Shoes and Athlete Bibs”

**13. Pakaian Peserta**

- i. Peserta hendaklah berpakaian yang sesuai dan kemas sewaktu mengambil bahagian.  
Peraturan World Athletics 143 (1). – “Rule on Clothing, Shoes and Athlete Bibs”

**14. Hadiah**

Bagi semua acara, hadiah akan diberi kepada pemenang pertama hingga ketiga sahaja.

**15. Kawasan Pertandingan**

- i. Hanya pegawai-pegawai kejoahan yang bertugas dan peserta yang sedang bertanding sahaja boleh berada di tempat pertandingan.



**KEJOHANAN OLAHRAGA PERAK ALLCOMERS 1**  
**TAHUN 2022**  
**PERSATUAN OLAHRAGA PERAK**  
**PERATURAN PERTANDINGAN**



- ii. Pengurus Pasukan dan jurulatih tidak dibenarkan masuk ke dalam kawasan pertandingan kecuali diminta berbuat demikian oleh pengurus kejohanan.

**16. Sistem Pertandingan**

- 16.1 Pertandingan bagi acara-acara balapan 100m - 800m akan diadakan di peringkat separuh akhir dan akhir sahaja.
- 16.2 Pertandingan bagi acara-acara balapan 1500m dan lebih akan diadakan terus ke peringkat akhir.
- 16.3 Penentuan peserta-peserta ke peringkat separuh akhir dan akhir adalah seperti berikut:-
- 3 S/Akhir - 2 peserta (pertama dan kedua) dari setiap separuh akhir dan 2 lagi peserta yang mencatat masa terbaik dari ketiga-tiga separuh akhir layak ke peringkat akhir.
  - 2 S/Akhir - 3 peserta (pertama, kedua dan ketiga) dari setiap separuh akhir dan 2 lagi peserta yang mencatat masa terbaik dari kedua-dua separuh akhir layak ke peringkat akhir.
  - Jika lebih dari tiga Separuh Akhir, peserta ke Akhir ditentukan mengikut masa terbaik.

**17. Masa Melapor Diri**

- 17.1 Acara-acara Balapan : Peserta hendaklah melaporkan diri kepada ketua Penyelia Peserta 30 minit sebelum permulaan acara-acara mereka.
- 17.2 Acara-acara Padang : Peserta dikehendaki melaporkan diri kepada Ketua Penyelia Peserta 45 minit sebelum permulaan acara-acara mereka.
- 17.3 Semua atlit akan diberitahu jika terdapat pertukaran masa dalam jadual.

**18. Bantahan**

Sekiranya ada pihak yang membantah sesuatu keputusan, rayuan secara lisan hendaklah dibuat kepada referi berkenaan, selepas itu rayuan secara bertulis dikemukakan kepada Juri Rayuan tidak lewat dari 30 minit selepas keputusan acara itu diumumkan. Tiap-tiap bantahan yang dikemukakan hendaklah disertakan bersama wang sebanyak RM200. Wang ini akan lucut jika bantahan itu tidak berjaya.

**19. Mesyuarat Pengurus Pasukan**

**Mesyuarat Pengurus Pasukan akan secara online menggunakan Google Meet pada 24 Februari 2022 (Khamis) pukul 4.00 petang. Maklumat link akan diberikan dalam kumpulan Whatsapp Pengurus/Peserta nanti.**



**KEJOHANAN OLAHRAGA PERAK ALLCOMERS 1**  
**TAHUN 2022**  
**PERSATUAN OLAHRAGA PERAK**  
**PERATURAN PERTANDINGAN**



**20. Permohonan Penyertaan**

- i. Semua permohonan penyertaan hendaklah dibuat melalui borang penyertaan yang disertakan atau menggunakan link di laman web persatuan di <https://perakathletics.com>
- ii. Nama dan butir-butir peserta/pengurus pasukan hendaklah diisi dengan terang dan lengkap.
- iii. Semua borang-borang penyertaan hendaklah dihantar kepada Pengerusi Jawatankuasa Pertandingan pada atau sebelum **15 Februari 2022** ke email [shan5393@gmail.com](mailto:shan5393@gmail.com) .
- iv. Semua borang penyertaan **mesti disertakan** dengan **bayaran penyertaan**. Bayaran bolehlah dibuat ke akaun persatuan di **Public Bank 3131093320** atau dengan cek atas nama **PERSATUAN OLAHRAGA AMATOR PERAK** . Salinan slip bayaran dihantar melalui email atau whatsapp kepada Bendahari Persatuan En Lim di talian 012-4057017.
- v. Untuk mengurangkan beban persediaan JK Pertandingan, semua peserta/pasukan perlu menyelesaikan bayaran sebelum proses pengundian mengambil tempat. **BORANG PENYERTAAN TIDAK AKAN DIPROSES SELAGI BAYARAN TIDAK DIBUAT.**
- vi. Borang Penyertaan dan Tambahan Peserta **TIDAK AKAN** dilayan selepas tarikh tutup.
- vii. Semua **jurulatih** dan **pegawai** pengiring perlu **didaftarkan** menggunakan borang pendaftaran pegawai. Jurulatih dan Pegawai yang berdaftar sahaja **dibenarkan masuk grandstand stadium**.
- viii. Untuk sebarang pertanyaan, sila hubungi Setiausaha Kehormat En R.Govindaraju di talian 012-4879180 atau melalui email [goprisee@yahoo.com](mailto:goprisee@yahoo.com)  
ATAU  
Pengerusi Pertandingan En K Nathan di talian 016-5932661 atau email shan5393@gmail.com

**21. Hak-hak Jawatan Kuasa Pengelola**

- i. Setiap acara akan dijalankan mengikut masa dan tarikh yang telah ditetapkan tetapi Jawatankuasa Pengelola berhak meminda susunan acara jika perlu. Jika berlaku sebarang pindaan, pengumuman rasmi akan dibuat.
- ii. Jawatankuasa Pengelola berhak memutuskan sebarang perkara yang tidak terdapat dalam peraturan

**22. SISTEM PHOTOFINISH DI GUNAKAN.**



**KEJOHANAN OLAHRAGA PERAK ALLCOMERS 1**  
**TAHUN 2022**  
**PERSATUAN OLAHRAGA PERAK**  
**PERATURAN PERTANDINGAN**



**ATURCARA (TENTATIF)**

**Hari Pertama**

**Sabtu, 26 Februari 2022**

No Acara	Masa	Acara	Kategori	Peringkat
101	0730	5000 m Jalan Kaki	Wanita	Akhir
102	0800	Lontar Peluru	Wanita	Akhir
103	0800	Lompat Kijang	Wanita	Akhir
104	0800	Lompat Tinggi	Lelaki	Akhir
105	0830	5000 m	Wanita	Akhir
106	0845	5000 m	Lelaki	Akhir
107	0900	100 m	Wanita	Separuh Akhir
108	0920	100 m	Lelaki	Separuh Akhir
109	0940	Rejam Lembing	Wanita	Akhir
110	0940	1500 m	Wanita	Akhir
111	0950	1500 m	Lelaki	Akhir
112	1000	400 m	Wanita	Separuh Akhir
113	1020	400 m	Lelaki	Separuh Akhir
114	1040	Baling Tukul Besi	Lelaki	Akhir
115	1050	100 m Lari Berpagar	Wanita	Separuh Akhir
116	1110	110 m Lari Berpagar	Lelaki	Separuh Akhir
117	1130	4 x 100 m	Wanita	Separuh Akhir
118	1140	4 x 100 m	Lelaki	Separuh Akhir
REHAT				
119	1530	Lompat Jauh	Lelaki	Akhir
120	1530	Lempar Cakera	Lelaki	Akhir
121	1530	110 m Lari Berpagar	Lelaki	Akhir
122	1545	100 m Lari Berpagar	Wanita	Akhir
123	1600	100 m	Wanita	Akhir
124	1610	100 m	Lelaki	Akhir
125	1620	400 m	Wanita	Akhir
126	1630	400 m	Lelaki	Akhir
127	1640	3000 m Lari Berhalangan	Lelaki	Akhir
128	1700	3000 m Lari Berhalangan	Wanita	Akhir
129	1720	4 x 100 m	Wanita	Akhir
130	1730	4 x 100 m	Lelaki	Akhir



**KEJOHANAN OLAHRAGA PERAK ALLCOMERS 1**  
**TAHUN 2022**  
**PERSATUAN OLAHRAGA PERAK**  
**PERATURAN PERTANDINGAN**



---

**ATURCARA (TENTATIF)**

**Hari Kedua**

**Ahad, 27 Februari 2022**

No Acara	Masa	Acara	Kategori	Peringkat
201	0730	10000 m Jalan Kaki	Lelaki	Akhir
202	0800	Rejam Lembing	Lelaki	Akhir
203	0840	800 m	Wanita	Separuh Akhir
204	0900	800 m	Lelaki	Separuh Akhir
205	0900	Lempar Cakera	Wanita	Akhir
206	0920	10000 m	Lelaki	Akhir
207	1000	Lontar Peluru	Lelaki	Akhir
208	1000	Lompat Kijang	Lelaki	Akhir
209	1000	200 m	Wanita	Separuh Akhir
210	1020	200 m	Lelaki	Separuh Akhir
211	1040	4 x 400 m	Wanita	Separuh Akhir
212	1100	4 x 400 m	Lelaki	Separuh Akhir
<b>REHAT</b>				
213	1430	Baling Tukul Besi	Wanita	Akhir
214	1430	400 m Lari Berpagar	Lelaki	Akhir
215	1430	Lompat Tinggi	Wanita	Akhir
216	1445	400 m Lari Berpagar	Wanita	Akhir
217	1500	200 m	Wanita	Akhir
218	1515	200 m	Lelaki	Akhir
219	1520	Lompat Jauh	Wanita	Akhir
220	1530	800 m	Wanita	Akhir
221	1545	800 m	Lelaki	Akhir
222	1600	4 x 400 m	Wanita	Akhir
223	1610	4 x 400 m	Lelaki	Akhir