godz	Ceremonie	BIEGI				SKOKI					RZUTY	
		prosta A	prosta B	Bieżnia O	boisko	tyczka	Wzwyż A	Wzwyż B	w dal A	w dal B	KULA	OSZCZEP-boisko
10:00					Bieg PROGR el							
11:00	OTWARCIE											
11:20		110p M el(2s)	60 dz el U14-2s			TYCZ K	Wzwyż ch U14	Wzwyż dz U14	W dal ch U14	W dal dz U14	KULA K	PALANT dz U14 A/PALANT ch U14 B
11:28			60 ch el U14-2s									
11:35			60m(I-IV) 4s U12									
11:40		80p K el(2s)										
11:45			60m(V--VIII) 4s U12									
11:50					Bieg PROGR F							
11:55		100 K el U14 2s										
11:57			60m(IX-XII) 4s U12									
12:05		100 M el U14 2s										
12:10			60m(XIII-XVI)4s U12						W dal K U16	W dal M U16		U12 P.lek.A:I-IV, B:V-VIII
12:25			60 dz F U14									
12:30	DEKORACJE B1		60 ch F U14									
12:40				1000K U16 1s							KULA M	
12:45				1000M U161s								U12 P.lek.A:IX-XII, B:XIII-XV
13:00	DEKORACJE B2	110p M F										
13:15		80p K F										
13:25		100 K U16 F										
13:27									U12 W dal (I-IV)	U12 W dal (V-VIII)		
13:30	DEKORACJE B3	100 M U16 F										
13:33												Oszczep K U16
13:35						TYCZ M	Wzwyż M U16	Wzwyż K U16				
13:40				300 dz U14 2s								
13:46				300 ch U14 2s								
13:52				300 K U16 2s								
13:59				300 M U16 2s								
14:00	DEKORACJE B4											
14:10				600 dz U14 1s								
14:13									U12 W dal (IX-XII)	U12 W dal (XIII-XVI)		
14:14				600 ch U14 1s								
14:20				600 K U16 1s								
14:25				600 M U16 1s								
14:30	DEKORACJE B5											
14:32												Oszczep M U16
14:35				200 p K								
14:40				200 p M								
14:50				8x200 U16 2s								
15:00	DEKORACJE B6			8x200 U14 2s								
15:10				8x200 U12 2s								
15:30	DEKORACJE B7											
16:05	Zakończenie											