

PROJEKT - PROGRAMU MINUTOWEGO

08.06.2019 – SOBOTA

			Sztafety	10-bój	10-bój	7-bój	7-bój	5-bój	5-bój
				Sen i U23	U20	Sen i U23	U20	U16 K	U16 M
10:30				100					
10:50					100				
11:00	100 PK	K							
11:20	100 PK	M							
11:30									
11:40				w dal					
11:50						100 ppt.			
12:00					w dal		100 ppt.		
12:20									110 ppt.
12:50									
13:00				kula					
13:10						wzwyż	wzwyż		
13:20					kula				
13:30									w dal
13:50								80 ppt.	
14.15	Uroczyste Otwarcie Mistrzostw Polski								
14:30	U16	K	4x100m						
14:50	U16	M	4x100m						
15:00								wzwyż	kula
15:10	U18	K	szwedzka (100+200+300+400)						
15:25	U18	M	szwedzka (100+200+300+400)						
15:40	U16	K	szwedzka (100+200+300+400)						
15:55	U16	M	szwedzka (100+200+300+400)						
16:10	U20	K	4x200m						
16:30	U20	M	4x200m			kula	kula		
16:50	open	K	4x200m						
17:00				wzwyż	wzwyż				
17:10	open	M	4x200m						
17:30	U18	KiM	4x400m – sztafeta mieszana 2 kobiety i 2 mężczyzn					kula	
17:50	U20	KiM	4x400m – sztafeta mieszana 2 kobiety i 2 mężczyzn						
18:10	open	KiM	4x400m – sztafeta mieszana 2 kobiety i 2 mężczyzn						
18:30						200			
18:40							200		
19:00				400					
19:10					400				
19:30	400 PK	K							
19:50	400 PK	M							

09.06.2019 – NIEDZIELA

				10-bój	10-bój	7-bój	7-bój	5-bój	5-bój
				Sen i U23	U20	Sen i U23	U20	U16 K	U16 M
9:30									
9:50				110 ppł.					
10:00					110 ppł.				wzwyż
10:20					dysk				
10:30								w dal	
11:00				dysk			w dal		
12:00						w dal		600	
12:20					tyczka		oszczep		
12:30									1000
13:00				tyczka					
13:20						oszczep			
15:00	U16	KiM	4x600m – sztafeta mieszana 2 kobiety i 2 mężczyzn						
15:20	U18	KiM	4x800m – sztafeta mieszana 2 kobiety i 2 mężczyzn						
15:30					oszczep				
15:40	U20	KiM	4x800m – sztafeta mieszana 2 kobiety i 2 mężczyzn						
16:00	open	KiM	4x800m – sztafeta mieszana 2 kobiety i 2 mężczyzn						
16:20				oszczep					
16:30							800		
16:50						800			
17:10									
17:30				1500	1500				

Aktualny program dostępny będzie na stronach:

www.pzla.pl w dziale kalendarz

na www.lekkoatletyka.net.pl

www.domtel-sport.pl