

Otwarty Puchar Małopolski w lekkiej atletyce U16/U14/U12/U10 Miting kontrolny LDK

Godzina	Biegi		Serie	Skoki I komisja	Skoki II komisja	Rzuty I komisja	Rzuty II komisja
10:00	2000m K	U16		Skok w dal K (strefa) U10/U12/U14 10:00	Skok w dal M (strefa) U10/U12/U14 10:00	Pięćczka palantowa K U10/U12 10:00	Pięćczka palantowa M U10/U12 10:00
10:10	2000m M	U16					
10:20	80m ppt K	U14					
10:30	80m ppt K	U16					
10:35	100m ppt M	U14					
10:40	110m ppt M	U16		Skok w dal K U16 12:00	Skok wzwyż K U12/U14/U16 12:00	Oszczep K U14/U16 11:30	Kula M U14/U16 11:30
10:50	100m K	U14					
11:05	100m M	U14					
11:20	100m K	U16					
11:35	100m M	U16		Skok w dal M U16 13:15	Skok wzwyż M U12/U14/U16 14:00	Oszczep M U14/U16 13:00	Kula K U14/U16 13:00
11:50	60m K	U10					
12:05	60m M	U10					
12:20	60m K	U12					
12:35	60m M	U12		Trójskok K U16 14:30		Dysk M U16 14:30	Dysk K U16 15:30
13:50	300m ppt K	U16					
13:55	300m ppt M	U16					
14:00	300m K	U16					
14:10	300m M	U16		Trójskok M U16 15:30			
14:20	300m K	U14					
14:30	300m M	U14					
14:40	300m K	U12					
14:50	300m M	U12					
15:00	300m K	U10					
15:10	300m M	U10					
15:20	600m K	U12					
15:25	600m M	U12					
15:30	600m K	U14					
15:35	600m M	U14					
15:40	600m K	U16					
15:45	600m M	U16					
15:50	1000m K	U16					
15:55	1000m M	U16					
16:05	1000m ppt K	U16					
16:10	1000m ppt M	U16					
16:20	4*100m mix	U12					
16:30	4*200m mix	U14					
16:40	4*200m mix	U16					

Ważenie sprzętu najpóźniej na godzinę przed rozpoczęciem konkurencji

Wysokości w skoku wzwyż do ustalenia po konsultacji z trenerami godzinę przed startem konkurencji.

Zbiórka na bramce: konkurencje biegowe 15minut przed startem, skok wzwyż 30 minut przed startem pozostałe konkurencje techniczne 20 minut przed startem