



PZLA MIĘDZYWOJEWÓDZKIE MISTRZOSTWA U16

PROJEKT PROGRAMU MINUTOWEGO 10.09.2023 PRZEMYŚL

13.00				młot K + M
14.00	80m ppł K	wzwyż M		
14.25	110m ppł		kula M	dysk K
14.40	100m K - eliminacje			
15.00	100m M - eliminacje	wzwyż K		
15.15	600m K			
15.25	600m M			
15.40	100m K - finał		kula K	
15.50	100m M - finał			dysk M
16.05	1000m K	w dal M		
16.15	1000m M			
16.30	300m ppł K			
16.45	300m ppł M			
17.05	300m K	w dal K	oszczep K	
17.25	300m M			
17.40	2000m K			
17.55	2000m M		oszczep M	
18.05	1000m prz K	wieloskok K + M		
18.15	1000m prz M			
18.25	4x100m K			
18.30	4x100m M			

1. Ważenie sprzętu do rzutów odbywa się w magazynie sprzętowym w godzinach od 12.00 do 12.30.
2. W biegu na 100 m – awans do finału uzyskują zawodnicy z najlepszymi czasami.
3. Pozostałe konkurencje biegowe – serie na czas.
4. W konkurencjach technicznych (skok w dal, wieloskok, rzuty): po 3 kolejkach odbędą się ścisłe finały - awans 8 najlepszych.
5. Wysokości w konkursie skoku wzwyż
młodziczki: 115, 120, 125, 130, 135, 140, 145, 148, 151, 154, 156, 158 i dalej co 2cm
młodzicy: 130, 135, 140, 145, 150, 155, 160, 165, 168, 171, 174, 177, 180, 182 i dalej co 2cm



www.pzla.pl



www.pknorlen.pl