

PROJEKT - PROGRAM MINUTOWY OTWARTYCH MISTRZOSTW KRAKOWA W LEKKIEJ ATLETYCE 2007**II OTWARTEGO PUCHARU KRAKOWA W LEKKIEJ ATLETYCE 2007**

17.06.2007				15.15	Młot	K	15.15	Młot	M						
16.00	100 ppł.	K	8.20/76.2				16.00	Oszczep	M	16.00	Wzwyż	K	16.00	W dal	M
16.05	100 ppł.	K	8.50/76.2-84												
16.10	110 ppł.	M	8.90/91.4												
16.15	110 ppł.	M	9.14/91.4-100-106.7												
16.20	100	M	5-6 serii												
16.40	100	K	5-6 serii	16.45	Kula	K									
17.00	100 ppł.	K	F - 8.50/76.2-84				17.00	Dysk	M	17.00	W dal	K			
17.05	110 ppł.	M	F - 9.14/91.4-100-106.7												
17.15	400 ppł.	K	1 seria												
17.20	400 ppł.	M	1 seria												
17.25	100	M	Finał												
17.30	100	K	Finał												
17.35	400	M	3 serie												
17.50	400	K	2-3 serie	18.00	Dysk	K	18.00	Kula	M						
18.00	800	K	Bieg Memoriałowy im. Barbary Sobottowej								18.00	Wzwyż	M		
18.10	200	M	3-4 serie												
18.30	200	K	Bieg Memoriałowy im. Elżbiety Katolik								18.00	3-skok	M		
18.45	3000	K	1 seria	18.45	Oszczep	K				18.45	3-skok	K	(belka 11 i 13 m)		
18.55	3000	M	1 seria							(belka 9 i 11 m)					
19.05	1500	K	1 seria												
19.10	1500	M	1 seria												
19.15	800	M	2 serie												
19.25	2000 prz.	K	1 seria												
19.35	2000 prz.	M	1 seria												

Zbiórka potwierdzająca udział w konkurencji technicznej - 20 minut przed startem na miejscu startu (skocznia lub rzutnia).

Zbiórka potwierdzająca udział w konkurencji biegowej - 20 minut przed startem na bramce sędziowskiej.

Ważenie sprzętu do rzutów w magazynie hali do ZGS-u w godzinach od 14.45 do 15.45.

Wysokości w konkursie skoku wzwyż mężczyzn:

W biegach na 100 m awans do finału uzyskują zawodnicy z najlepszymi czasami (7 zawodników).

W biegach na 100/110m ppł. awans do finału uzyskują zawodnicy z najlepszymi czasami z kat. Juniora Mł., Juniora i Seniora (7 zawodników).

M - 145 , 150 , 155 , 160 , 165 , 170 , 174 , 178 , 182 , 186 , 189 , **192 , 195** , 198 , 200 i dalej co 2 cm

Wysokości w konkursie skoku wzwyż kobiet:

K - 125 , 130 , 135 , 140 , 145 , 150 , 155 , 159 , **162 , 164** i dalej co 2 cm