



PROGRAM MINUTOWY
MISTRZOSTW WOJEWÓDZTWA MŁODZIKÓW W LEKKIEJ ATLETYCE
ORAZ MAŁOPOLSKIEJ LIGI MŁODZIKÓW 2009
6.09.2009



	12.00 Młot	K	12.00 Młot	M		
	3kg Młodziczki		4kg Młodzicy			
12.00 100 ppł. K Młodziczki	12.00 Oszczep	K		12.00 wzwyż	K	12.00 w dal M
12.15 110 ppł. M Młodzicy	600g Młodziczki			Młodziczki		Młodzicy
12.25 100 K Młodziczki						
12.40 100 M Młodzicy						
12.55 300 ppł. K Młodziczki	12.45 dysk	K	12.45 kula	M		
13.05 300 ppł. M Młodzicy	0.75kg Młodziczki		4kg Młodzicy			
13.15 300 K Młodziczki						
13.30 300 M Młodzicy	13.30 kula	K	13.30 dysk	M	13.30 w dal K	13.30 wzwyż M
13.45 600 K Młodziczki	3kg Młodziczki		1kg Młodzicy		Młodziczki	Młodzicy
13.55 600 M Młodzicy						
14.05 1000 K Młodziczki						
14.10 1000 M Młodzicy						
14.20 2000 M Młodzicy			14.15 oszczep	M		
14.25 4x100 K Młodziczki			600g Młodzicy			
14.30 4x100 M Młodzicy						

Ważenie sprzętu do rzutów na hali sportowej w godzinach od 11.30 do 12.30.

Potwierdzenie udziału w konkurencji biegowej - 20 minut przed startem na bramce sędziowskiej (przy stadionie rozgrzewkowym).

Potwierdzenie udziału w konkursach skoków i rzutów 20' przed startem na miejscu rozegrania konkurencji.

Wysokości w konkursie skoku wzwyż **K**: 125, 130, 135, 140, 145, 150, 155, 159, 162, 164 i dalej co 2cm

Wysokości w konkursie skoku wzwyż **M**: 140, 145, 150, 155, 160, 165, 170, 175, 179, 182, 185, 188, 190, 192 i dalej co 2cm