

**PROJEKT PROGRAM MINUTOWY
PONADWOJEWÓDZKICH ELIMINACJI DO OGÓLNOPOLSKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY
ORAZ MIĘDZYWOJEWÓDZKICH MISTRZOSTW JUNIORÓW 2010**

5.06.2010

14.00	100 ppł.	K	7-bój
14.05	100 ppł.	K	Juniorki Młodsze
14.10	100 ppł.	K	Juniorki
14.15	100 ppł.	K	Seniorki PK
14.20	110 ppł.	M	Juniorzy Młodzi
14.25	110 ppł.	M	Juniorzy
14.30	110 ppł.	M	Seniorzy PK
14.35	100	M	8-bój
14.40	100	K	Juniorki Młodsze
14.55	100	M	Juniorzy Młodzi
15.10	100	K	Juniorki + PK
15.25	100	M	Juniorzy + PK
15.40	100 ppł.	K	Finał Juniorek Młodszych
15.45	100 ppł.	K	Finał Juniorek
15.55	110 ppł.	M	Finał Juniorów Młodszych
16.00	110 ppł.	M	Finał Juniorów
16.05	100	K	Finał Juniorek Młodszych
16.10	100	M	Finał Juniorów Młodszych
16.15	100	K	Finał Juniorek
16.20	100	M	Finał Juniorów
16.25	400	K	Juniorki Młodsze
16.35	400	M	Juniorzy Młodzi
16.45	400	K	Juniorki + PK
17.00	400	M	Juniorzy + PK
17.10	1500	K	Juniorki Młodsze
17.10	1500	K	Juniorki + PK
17.15	1500	M	Juniorzy Młodzi
17.15	1500	M	Juniorzy + PK
17.25	200	K	7-bój
17.30	4 x 100	K	Juniorki + PK
17.35	4 x 100	M	Juniorzy + PK
17.40	4 x 100	K	Juniorki Młodsze
17.45	4 x 100	M	Juniorzy Młodzi
17.50	400	M	8-bój
17.55	5 000	KiM	

13.00	młot	K	J. Mł. + J. + PK
14.00	3-skok	K	J. Mł. + J. + PK
14.00	kula	K	belka - 9 i 11 Juniorek + PK
14.30	wzwyż	K	7-bój
15.00	dysk	K	Juniorek + PK
15.30	wzwyż	K	J. Mł. + J. + PK
16.00	kula	K	Juniorek Mł.
16.00	kula	K	7-bój
17.15	dysk	K	Juniorek Mł.
- do weryfikacji na bramkę dokument ze zdjęciem			
- do weryfikacji na bramkę dokument ze zdjęciem			

13.00	młot	M	J. Mł. + J. + PK
14.00	oszczep	M	Juniorów + PK
15.00	w dal	M	Juniorzy + PK
16.00	w dal	M	8-bój
16.00	oszczep	M	Juniorów Mł.
16.45	w dal	M	Juniorzy Mł.
17.00	kula	M	8-bój

Ważenie sprzętu do rzutów w magazynie hali do ZGS-u w godzinach od 12.00 do 14.00.

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.

W biegach na 100 m awans do finału uzyskują zawodnicy z najlepszymi czasami.

W biegach na 100/110 ppł awans do finału uzyskują zawodnicy z najlepszymi czasami.

Weryfikacja sztafet na bramce sędziowskiej - 60' przed startem - na weryfikacji sztafet obowiązkiem zawodników jest osobiste przedstawienie dokumentu ze zdjęciem.

Wysokości w konkursie skoku wzwyż kobiet: K - 135 , 140 , 145 , 150 , 155 , 158 , 161 , 163 , 165 i dalej co 2 cm

Wszelkie zmiany związane z udziałem zawodników w II dniu zawodów w poszczególnych konkurencjach prosimy dokonać w Biurze Zawodów do godziny 18.00.

6.06.2010

PROJEKT PROGRAM MINUTOWY

**PONADWOJEWÓDZKICH ELIMINACJI DO OGÓLNOPOLSKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY
ORAZ MIĘDZYWOJEWÓDZKICH MISTRZOSTW JUNIORÓW 2010**

15.00	110 ppł.	M	8-bój	15.00	oszczep	K	J. Mł + J. + PK	15.00	3-skok	M	J. Mł. + J. + PK
15.20	400 ppł.	K	Juniorki Młodsze								<u>belka - 11 i 13</u>
15.20	400 ppł.	K	Juniorki + PK					15.00	kula	M	Juniorzy Mł.
15.25	400 ppł.	M	Juniorzy Młodzi								
15.30	400 ppł.	M	Juniorzy + PK								
15.35	200	K	Juniorki + PK								
15.45	200	K	Juniorki Młodsze					15.45	wzwyż	M	8-bój
16.00	200	M	Juniorzy Młodzi					16.00	dysk	M	Juniorzy Mł.
16.15	200	M	Juniorzy + PK	16.00	w dal	K	7-bój				
16.30	800	K	Juniorki Młodsze								
16.30	800	K	Juniorki + PK								
16.40	800	M	Juniorzy Młodzi					16.45	w dal	K	Juniorek Mł.
16.40	800	M	Juniorzy + PK								
17.00	2000 prz.	K	Juniorki Mł. + Juniorki + PK	17.00	oszczep	K	7-bój	17.00	wzwyż	M	J. Mł + J. + PK
17.10	2000 prz.	M	Juniorzy Mł. + Juniorzy + PK	17.00	oszczep	M	8-bój	17.00	kula	M	Juniorzy + PK
17.20	3000	K	Juniorki Młodsze								
17.20	3000	K	Juniorki + PK								
17.35	3000	M	Juniorzy Młodzi								
17.35	3000	M	Juniorzy + PK								
17.45	1000	M	8-bój Juniorów Młodszych	17.45	w dal	K	Juniorek + PK	17.45	dysk	M	Juniorzy + PK
17.50	800	K	7-bój								
18.00	4 x 400	K	Juniorki Młodsze	-	do weryfikacji na bramkę dokument ze zdjęciem						
18.00	4 x 400	K	Juniorki + PK								
18.10	4 x 400	M	Juniorzy Młodzi	-	do weryfikacji na bramkę dokument ze zdjęciem						
18.10	4 x 400	M	Juniorzy + PK								

Ważenie sprzętu do rzutów w magazynie hali do ZGS-u w godzinach od 14.00 do 16.00

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

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

Weryfikacja sztafet na bramce sędziowskiej - 60' przed startem - na weryfikacji sztafet obowiązkiem zawodników jest osobiste przedstawienie dokumentu ze zdjęciem.

Wysokości w skoku wzwyż mężczyzn: M - 150 , 155 , 160 , 165 , 170 , 174 , 178 , 182 , 185 , 188, 190 , 192 i dalej co 2 cm