



PROJEKT - PROGRAMU MINUTOWEGO
MISTRZOSTW WOJEWÓDZTWA MŁODZIKÓW I DZIECI STARSZYCH W LEKKIEJ ATLETYCE
ORAZ MAŁOPOLSKI MITYNG LEKKOATLETYCZNY 2010
19.09.2010



			10.30 Młot	K	10.30 Młot	M		
			3kg Młodziczki		5kg Młodzicy			
11.30	100 ppł. K	Młodziczki	11.30 dysk	K	11.30 dysk	M	11.30 wzwyż	K
11.35	100 ppł. K	Mityng	0.75kg Młodziczki		1kg Młodzicy		Młodziczki	
11.45	110 ppł. M	Młodzicy					Mityng	
11.50	110 ppł. M	Mityng						
12.00	100 K	Mityng						
12.10	100 M	Mityng						
12.20	100 K	Młodziczki						
12.35	100 K	Dzieci Starsze	12.30 Oszczep	K	12.30 kula	M	12.30 w dal	M
12.45	100 M	Młodzicy	600g Młodziczki		4kg Młodzicy		Mityng	
13.00	100 M	Dzieci Starsze			3kg Dzieci Starsze			
13.15	300 ppł. K	Młodziczki						
13.20	300 ppł. M	Młodzicy						
13.30	100 K	Finał Młodziczki	13.30 kula	K	13.30 oszczep	M	13.30 w dal	K
13.35	100 K	Finał Dzieci Starsze	3kg Młodziczki		600g Młodzicy		Młodziczki	
13.40	100 M	Finał Młodzicy	3kg Dzieci Starsze				Dzieci Starsze	
13.45	100 M	Finał Dzieci Starsze						
13.50	600 K	Młodziczki						
13.55	600 K	Dzieci Starsze						
14.00	600 M	Młodzicy						
14.10	1000 K	Młodziczki						
14.15	1000 M	Młodzicy						
14.25	1000 M	Dzieci Starsze						
14.30	200 K	Mityng	14.30 Oszczep	K	14.30 kula	M	14.30 w dal	K
14.40	200 M	Mityng	600g Mityng		5-7.26kg Mityng		Mityng	
14.50	1500 M	Mityng						

14.55	300	K	Młodziczki				
15.10	300	M	Młodzicy				
15.25	2000	M	Młodzicy				
15.35	4x100	K	Młodziczki	15.30	kula	K	15.30
15.40	4x100	M	Młodzicy	4kg	Mityng		oszczep
15.45	400	K	Mityng				M
15.50	400	M	Mityng				
16.00	800	K	Mityng				
16.05	800	M	Mityng				
16.15	3000prz	K	Mityng				

Ważenie sprzętu do rzutów na hali sportowej w godzinach od 10.00 do 11.30.

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

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

Potwierdzenie udziału w biegu przez płotki - 60' przed startem na bramce sędziowskiej (w tunelu).

W konkurencjach technicznych w ramach Mityngu odbędą się finały w formule otwartej bez podziału na kategorie wiekowe.

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