



PROGRAM MINUTOWY
MISTRZOSTW WOJEWÓDZTWA ŁÓDZKICH I DZIECI STARSZYCH W LEKKIEJ ATLETYCE
ORAZ MAŁOPOLSKI MITYNG LEKKOATLETYCZNY 2010
19.09.2010



11.30 100 ppł. K Młodziczki	10.30 Młot Młodziczki K	10.30 Młot Młodzicy M	11.30 wzwyż Młodziczki K	11.30 w dal Młodzicy M
11.45 110 ppł. M Młodzicy		11.30 dysk 1kg Młodzicy M		
11.55 110 ppł. M Mityng		1.5-2kg Mityng		
12.05 100 K Mityng				
12.10 100 M Mityng				12.10 w dal Dzieci Starsze M
12.15 100 K Młodziczki				
12.25 100 K Dzieci Starsze	12.30 Oszczep 600g Młodziczki K	12.30 kula 5kg Młodzicy M		
12.40 100 M Młodzicy	600g Mityng	4kg Dzieci Starsze		13.00 w dal Mityng M
12.55 100 M Dzieci Starsze		5-7.26kg Mityng		
13.10 300 ppł. K Młodziczki				13.15 wzwyż Młodzicy M
13.15 300 ppł. M Młodzicy			13.30 w dal Młodziczki K	
13.25 100 K Finał Młodziczki	13.30 kula 3kg Młodziczki K	13.30 oszczep 600g Młodzicy M		
13.30 100 K Finał Dzieci Starsze	3kg Dzieci Starsze	700-800g Mityng		
13.35 100 M Finał Młodzicy	3kg Mityng			
13.40 100 M Finał Dzieci Starsze				
13.50 600 K Młodziczki				
13.55 600 K Dzieci Starsze				
14.00 600 M Młodzicy				
14.05 1000 K Młodziczki				
14.10 1000 M Młodzicy				
14.15 1000 M Dzieci Starsze			14.15 w dal Dzieci Starsze K	
14.25 200 K Mityng				
14.30 200 M Mityng	14.30 dysk 0.75kg Młodziczki K			
14.35 1500 M Mityng	1kg Mityng			
14.45 300 K Młodziczki				
14.55 300 M Młodzicy				
15.10 2000 M Młodzicy				
15.20 4x100 K Młodziczki				
15.25 4x100 M Młodzicy				
15.30 400 K Mityng				
15.35 400 M Mityng				
15.40 800 M Mityng				
15.50 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 biegu na 100 w **Mistrzostwach Województwa Młodzików i Dzieci St.** awans do finału uzyskują zawodnicy z najlepszymi czasami.

W konkurencjach technicznych w **Mistrzostwach Województwa Młodzików i Dzieci St.** odbędą się finały

W skokach w ramach **Mityngu** odbędą się finały w formule otwartej bez podziału na kategorie wiekowe.

W rzutach w ramach **Mityngu** odbędą się finały z podziałem na wagę sprzętu.

Wysokości w konkursie skoku wzwyż **K**: 125, 130, 135, 140, 145, 150, 155, 160, 164, 168 i dalej co 2cm

Wysokości w konkursie skoku wzwyż **M**: 140, 145, 150, 155, 160, 165, 170, 175, 179, 182, 185, 188, 191 i dalej co 2cm