



PROJEKT PROGRAMU MINUTOWEGO
OTWARTE MISTRZOSTWA KRAKOWA MŁODZIKÓW (ELIMINACJE DO SAC 2011)
4.06.2011

11.00 100 ppł. K Młodziczki		11.00 dysk M	11.00 wzwyż K	11.00 w dal M
11.10 110 ppł. M Młodzicy		1kg Młodzicy	Młodziczki	Młodzicy
11.15 100 K Młodziczki				
11.35 100 M Młodzicy	11.35 Oszczep K	11.35 kula M		
11.55 300 ppł. K Młodziczki	600g Młodziczki	5kg Młodzicy		
12.00 300 ppł. M Młodzicy				
12.10 300 K Młodziczki	12.15 kula K	12.15 oszczep M	12.15 w dal K	12.15 wzwyż M
12.25 300 M Młodzicy	3kg Młodziczki	600g Młodzicy	Młodziczki	Młodzicy
12.40 600 K Młodziczki	12.55 dysk K			
12.50 1000 M Młodzicy	0.75kg Młodziczki			

Ważenie sprzętu do rzutów na hali sportowej w godzinach od 10.00 do 12.00.

Potwierdzenie udziału w biegu na 100m i 110m ppł - 60 minut przed startem w biurze zawodów.

Potwierdzenie udziału w biegu na 300m ppł - 60 minut przed startem na bramce sędziowskiej (przy stadionie rozgrzewkowym).

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