



Ważenie sprzętu do rzutów w magazynie hali do ZGS-u w godzinach od 13.00 do 15.00.

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

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.

**5.06.2011**

**PROJEKT PROGRAMU MINUTOWEGO**

**PONADWOJEWÓDZKICH ELIMINACJI DO OGÓLNOPOLSKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY  
ORAZ MIĘDZYWOJEWÓDZKICH MISTRZOSTW JUNIORÓW 2011**

<b>15.00</b>	<b>110 ppł.</b>	<b>M</b>	<b>8-bój</b>	<b>14.00</b>	<b>młot</b>	<b>K</b>	<b>J. Mł. + J. + PK</b>	<b>15.00</b>	<b>3-skok</b>	<b>M</b>	<b>J. Mł. + J. + PK</b>
<b>15.20</b>	400 ppł.	K	Juniorki Młodsze	<b>15.00</b>	oszczep	K	J. Mł + J. + PK				<u>belka - 11 i 13</u>
<b>15.20</b>	400 ppł.	K	Juniorki + PK					<b>15.00</b>	kula	M	Juniorzy Mł.
<b>15.25</b>	400 ppł.	M	Juniorzy Młodzi								
<b>15.30</b>	400 ppł.	M	Juniorzy + PK								
<b>15.35</b>	200	K	Juniorki + PK								
<b>15.45</b>	200	K	Juniorki Młodsze					<b>15.45</b>	<b>wzwyż</b>	<b>M</b>	<b>8-bój</b>
<b>16.00</b>	200	M	Juniorzy Młodzi					<b>16.00</b>	dysk	M	Juniorzy Mł.
<b>16.15</b>	200	M	Juniorzy + PK	<b>16.00</b>	<b>w dal</b>	<b>K</b>	<b>7-bój</b>				
<b>16.30</b>	800	K	Juniorki Młodsze								
<b>16.30</b>	800	K	Juniorki + PK								
<b>16.40</b>	800	M	Juniorzy Młodzi					<b>16.45</b>	w dal	K	Juniorek Mł.
<b>16.40</b>	800	M	Juniorzy + PK								
<b>17.00</b>	2000 prz.	K	Juniorki Mł. + Juniorki + PK	<b>17.00</b>	<b>oszczep</b>	<b>K</b>	<b>7-bój</b>	<b>17.00</b>	wzwyż	M	J. Mł + J. + PK
<b>17.10</b>	2000 prz.	M	Juniorzy Mł. + Juniorzy + PK	<b>17.00</b>	<b>oszczep</b>	<b>M</b>	<b>8-bój</b>	<b>17.00</b>	kula	M	Juniorzy + PK
<b>17.20</b>	3000	K	Juniorki Młodsze								
<b>17.20</b>	3000	K	Juniorki + PK								
<b>17.35</b>	3000	M	Juniorzy Młodzi								
<b>17.35</b>	3000	M	Juniorzy + PK								
<b>17.45</b>	<b>1000</b>	<b>M</b>	<b>8-bój Juniorów Młodszych</b>	<b>17.45</b>	w dal	K	Juniorek + PK	<b>17.45</b>	dysk	M	Juniorzy + PK
<b>17.50</b>	<b>800</b>	<b>K</b>	<b>7-bój</b>								
<b>18.00</b>	4 x 400	K	Juniorki Młodsze								
<b>18.00</b>	4 x 400	K	Juniorki + PK								
<b>18.10</b>	4 x 400	M	Juniorzy Młodzi								
<b>18.10</b>	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 biegu na 400m ppł - 60 minut przed startem w biurze zawodów.

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