



Godz.	STADION					BOISKO BOCZNE		Godz.
	Biegi	Skok w dal	Skok wzwyż	Skok o tyczce	Rzut oszczepem	Kula	Młot/Dysk	
10:00	100p K 7b							10:00
10:10							Rzut młotem K el gr. A	10:10
10:20	100 M 10b							10:20
10:30				Skok o tyczce K el gr. A, B				10:30
10:35					Rzut oszczepem K el gr. A			10:35
10:40			Skok wzwyż K 7b					10:40
11:00	400p K el							11:00
11:05		Skok w dal M 10b						11:05
11:10							Rzut młotem K el gr. B	11:10
11:25	400p M el							11:25
11:40					Rzut oszczepem K el gr. B			11:40
11:50	400 K el							11:50
12:10	400 M el							12:10
12:15						Pchnięcie kulą M 10b		12:15
12:30	400 K PK							12:30
12:35		Skok w dal K el gr. A, B						12:35
12:45	400 M PK							12:45
13:05	100 K PK							13:05
13:10			Skok wzwyż M el gr. A, B					13:10
13:20	100 M PK							13:20
13:25						Pchnięcie kulą K 7b		13:25

**52.PZLA**

MISTRZOSTWA POLSKI U18

RADOM, 18 - 20 WRZEŚNIA 2020

**PROGRAM MINUTOWY****Dzień 1****Piątek, 18.09.2020**

14:35			Rzut oszczepem M el gr. A	Rzut młotem M el gr. A	14:35
14:45	100 K el				14:45
15:05		Skok w dal M el gr. A, B			15:05
15:10	800 K el				15:10
15:15				Rzut młotem M el gr. B	15:15
15:30	800 M el				15:30
15:50			Rzut oszczepem M el gr. B		15:50
15:55	100 K FB				15:55
16:00					16:00
16:05	100 K FA				16:05
16:15				Pchnięcie kulą K el gr. A	16:15
16:20	1500 K				16:20
16:25		Skok wzwyż M 10b			16:25
16:30	1500 M				16:30
16:45	100 M el				16:45
17:05				Pchnięcie kulą K el gr. B	17:05
17:20	1500p K				17:20
17:40	100 M FB				17:40
17:50	100 M FA				17:50
17:55				Pchnięcie kulą M gr. A	17:55
18:05	3000 M				18:05
18:15					18:15
18:30	200 K 7b				18:30
18:40				Pchnięcie kulą M gr. B	18:40
18:45	400 M 10b				18:45



Pchnięcie kulą M gr. B



Godz.	STADION					BOISKO BOCZNE		Godz.
	Biegi	Skok w dal/Trójskok	Skok wzwyż	Skok o tyczce	Rzut oszczepem	Kula	Młot/Dysk	
08:30	10 000ch M							08:30
09:00							Rzut dyskiem K el gr. A	09:00
09:45	110p M 10b						Rzut dyskiem K el gr. B	09:45
09:50								09:50
10:00			Skok wzwyż K el gr. A, B					10:00
10:30	200 K el							10:30
10:40		Skok w dal K 7b					Rzut dyskiem M 10b	10:40
10:50	200 M el							10:50
12:10							Rzut dyskiem M el gr. A	12:10
12:20					Rzut oszczepem K 7b			12:20
12:30		Trójskok K el gr. A, B						12:30
12:35				Skok o tyczce M 10b, gr A., B				12:35
13:00							Rzut dyskiem M el gr. B	13:00
13:40		Trójskok M el gr. A, B						13:40
14:00					Rzut oszczepem K F			14:00
14:30							Rzut młotem K F	14:30
15:30	400p K FB							15:30
15:35					Rzut oszczepem M F			15:35
15:40	400p K FA							15:40
16:00	400p M FB							16:00
16:05							Rzut młotem M F	16:05
16:10	400p M FA							16:10
16:15		Skok w dal K F						16:15
16:30	400 K FB							16:30
16:40	400 K FA							16:40
16:50	400 M FB							16:50
17:00	400 M F A							17:00
17:05					Rzut oszczepem M 10b			17:05
17:10	800 K 7b		Skok wzwyż M F					17:10
17:20	2000p M							17:20
17:25							Pchnięcie kulą K F	17:25
17:40	3000 K							17:40
18:05		Skok w dal M F						18:05
18:10	5 000ch K							18:10
18:45							Pchnięcie kulą M F	18:45
18:50	4x100 K							18:50
19:00	4x100 M							19:00
19:10	1500 M 10b							19:10



