**PODKARPACKI OKRĘGOWY ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI**

email:[**biuro@pozla.pl**](mailto:biuro@pozla.pl)**,** strona internetowa:[**www.pozla.pl**](http://www.pozla.pl)

**MISTRZOSTWA WOJEWÓDZTWA**

**PODKARPACKIEGO – U14 i U13**





**PROJEKT PROGRAMU MINUTOWEGO**

**05.06.2022 STALOWA WOLA - aktualizacja**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **15.00** | 80m ppl K U14 |  |  | kula K i M |
| **15:10** | 100m ppł M U14 |  |  |  |
| **15.20** |  | w dal K U14 | w dal M U14 |  |
| **15:25** | 100m K U13 i młodsi |  |  |  |
| **15:45** | 100m M U13 i młodsi |  |  |  |
| **16:00** | 100m K U14 |  |  |  |
| **16:10** | 100m M U14 |  |  |  |
| **16:20** | **100m K U13 - FINAŁ** |  |  |  |
| **16:25** | **100m M U13 - FINAŁ** |  |  |  |
| **16:35** | 1000m K U14 i U13 |  |  | dysk K i M |
| **16:45** | 1000m M U14 i U13 |  | w dal M U13 i młodsi |  |
| **17:00** | **100m K U14 - FINAŁ** | w dal K U13 i młodsi |  |  |
| **17:05** | **100m M U14 - FINAŁ** |  |  |  |
| **17:15** | 600m K U13 i młodsi |  |  |  |
| **17:20** | 600m M U13 i młodsi |  |  |  |
| **17:25** | 600m K U14 |  |  |  |
| **17:30** | 600m M U14 |  | wzwyż K i M |  |
| **17:45** | 300m K U13 i młodsi |  |  |  |
| **18:05** | 300m M U13 i młodsi |  |  |  |
| **18:15** | 300m K U14 |  |  |  |
| **18:25** | 300m M U14 |  |  |  |
| **18:35** | 1500m prz. K |  |  |  |
| **18:45** | chód 3km K i M | chód 5km K i M |  |  |

**UWAGA!**

- Zbiórka zawodników na bramce:   
przed konkurencjami biegowymi 15 min   
technicznymi 20 min  
- Zawodnicy po sprawdzeniu wyprowadzani są na miejsce startu przez sędziego  
- Szatnie służą jako przebieralnie, organizator nie ponosi odpowiedzialności za pozostawione rzeczy