



PROJEKT programu minutowego– 12.09.26 Gliwice

Final Drużynowych Mistrzostw Śląska Młodzików U16

10:30	Chód 3km K,5km M		Tyczka K,M	Młot K,M
11:00	110m ppł M	Wzwyż K,M		
11:10	80m ppł K			
11:15				Dysk K
11:25	1000m K			
11:35	1000m M			
11:45	100m K			Dysk M
12:25	100m M	W dal K,M		
				Kula K,M
	300m ppł.K			
	300m ppł M			
	300m K			
	300m M	Wieloskok K,M		
	1000m prz M			Oszczep K , M
	1000m prz K			
	600m K			
	600m M			
	2000m K			
	2000m M			
	4x100m K			
	4x100m M			
	400m K pk			
	400m M pk			

Ważenie sprzętu rzutowego : od godz.9.20 – magazyn na wys.startu na 100m

BRAMKA :

Konkurencje biegowe - zbiórka na bramce 15 min. przed startem

Konkurencje techniczne - na miejscu startu 20 min. przed konkurencją

ROZGRZEWKA - na boisku rozgrzewkowym i w terenie przy stadionie- brama nr 3

PRZEBIERALNIE – Kobiety - w pawilonie A

- Mężczyźni – w pawilonie A i w namiotach

UWAGA ! PARKING obok basenu „ OLIMPIJCZYK ” ul.Oriona 120

**** Zakaz parkowania od strony ul.Gwiazdy Polarnej***