



Program minutowy – 12.09.26 Gliwice

Final Drużynowych Mistrzostw Śląska Młodzików U16

Godz.	Biegi ↓	Sko ki ↓ >	Tyczka	Rzuty ↓
10:30			Tyczka K,M 22	Młot K 6
11:00	110m ppł M 3	Wzwyż K,M 15		
11:10	80m ppł K 10			
11:15				Dysk K, M 11
11:20	1000m K 15			
11:30	1000m M 13			
11:40	100m K 84			
12:20	100m M 33			
12:25		W dal K,M 18		Kula K,M 9
12:35	300m ppł.K 7			
12:45	300m ppł M 5			
12:50	300m K 51			
13:20	300m M 26			Oszczep K 10
13:30				
13:40	1000m prz M 2	Wieloskok K,M 14		
13:50	1000m prz K 7			
14:00	600m K 32			Oszczep M 5
14:20	600m M 28			
14:35	4x100m K 21			
14:55	4x100m M 13			
15:05	400m K pk			
15:10	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