



Memoriał Klausa Czecha
Mistrzostwa Polski U 20,U23 w Biegu na 5000m
Gliwice 31.05.2026

PROGRAM MINUTOWY

15:00	60m Masters	14			15:00
15:05	60m K	22			15:05
15:15	60m M	3			15:15
15:20	100m K	73			15:20
15:45	100m M	72			15:45
16:10	400m K	49			16:10
16:15			w dal K 14	Dysk K 6	16:15
16:40	400m M	23			16:40
16:55	100m K F				16:55
16:58	100m M F				16:58
17:05	800m K	41		Dysk M 15	17:05
17:25	800m M	51	w dal M13		17:25
17:50	1500m K	13			17:50
17:57	1500m M	13			17:57
18:10	200m K	62			18:10
18:20				Kula K 5	18:20
18:40	200m M	44	3 skok K 5		18:40
19:00	5000m K U20			Kula M 10	19:00
19:30	5000m M U20	seria I B			19:30
19:55	5000m M U20	seria II A			19:55
20:20	5000m K U23				20:20
20:50	5000m M U23	seria I B			20:50
21:15	5000m M U23	seria II A			21:15

Ważenie sprzętu od 15.00 – 16.10 – magazyn na wys.startu na 100m

PRZEBIERALNIE :

K - pawilon A

M - pawilon A, oraz w namiotach

ROZGRZEWKA - na boisku i bieżni rozgrzewkowej **oraz w terenie obok stadionu**
/wyjście bramą nr 3 za metą /

DEKORACJE – ok.10 min. po zakończeniu konkurencji / informacja spikera /
nie dotyczy MP 5000M U20 i U23

Dojazd : trasa DTS /902/ kierunek Łabędy .
Autobusy ZTM -126,32

Parking - obok basenu Olimpijszyk ul.Oriona 120.
/zakaz parkowania od ul.Gwiazdy Polarnej /

ORGANIZATOR

Kolegium sędziowskie

1. Delegat Techniczny PZLA Mirosław WERNER (Cieszyn) przewodniczacy@oks-bielsko.pl
2. Sędzia Główny Zawodów Zygmunt GRZYBEK (Mikołów) zygmuntgrzybek@op.pl
3. Członkowie Komisji Odwoławczej Zygmunt GRZYBEK (Mikołów) zygmuntgrzybek@op.pl
Mirosław WERNER (Cieszyn) przewodniczacy@oks-bielsko.pl
Adrian MĄCZKA (Sosnowiec) adrian_m@vp.pl
4. Kontroler obuwia Jakub JELONEK (Częstochowa) kubajelonek@wp.pl
5. Arbiter Startu Artur NIEDZWIECKI (Białystok) artur.niedzwiecki@wp.pl
6. Starter Jakub MROŹEK (Częstochowa) jakubmrozek7@wp.pl
7. Arbiter Biegów Małgorzata GÓRECKA (Sosnowiec) malgrecka@interia.pl
8. Sędziowie Główni Biegów Andrzej HAJ (Oświęcim) andrzej.haj@op.pl
9. Sędziowie Główni Biegów Monika SZCZĘSNA (Sarnów) monikaszczena7@o2.pl
10. Sędzia Główny Fotofinisu Tomasz WIECZOREK (Kielce) wieczorek.tomek@gmail.com