

PROGRAM Ogólnopolskich Zawodów Ldk! 2021 Sieradz 29.06.2021 r.

10:45-16:35

	CEREMONIE	BIEGI/CHÓD	SKOKI	RZUTY
10:45	OTWARCIE			
10:52		U16 300m pł K		
11:00		U16 300m pł M	U12- w dal dz (A), w dal chł (B), U14- wzwyż dz	p. palant. dz (A), p.palant. chł (B)
11:10		U14-300m dz (3s)		
11:20		U14-300m chł (3s)		
11:30		U16-300 m K(3s)		
11:40		U16-300 m M(3s)		
11:55		U16-chód 3000m K	U14- w dal dz (A), w dal chł (B)	U16 oszczep K, U14-kula dz (B)
12:20		U16- 110 pł M	U14-wzwyż chł	
12:30		U14-100 pł M		
12:40		U16-80 pł K		
12:50		U14-80 pł K	U16-wieloskok K (A), U16-wieloskok M (B)	
13:00		U12-60 dz (2s)		U16 oszczep M, U14 kula chł (B)
13:07		U12-60 chł (2s)		
13:15		U14-100m dz (2s)		
13:22		U14-100m chł (2s)		
13:30		U16-100m K (2s)	U16- wzwyż K	
13:38		U16-100m M (2s)		
13:45		U16-1000m prz K		
13:55		U16-1000m prz M	U16-w dal K (A)	
14:05		U12-600m dz (2s)		
14:12		U12-600m chł (2s)		
14:20		U16- 600m K (2s)		U16- kula K (B), kula M (A)
14:28		U16- 600m M (2s)		
14:35		U14-1000m dz	U16- wzwyż M	
14:42		U14-1000m chł		
14:50		U16- chód 5000m M		
14:55			U16-w dal M (A)	
15:20		U16- 110 pł M F		
15:28		U14- 100 pł chl F		

15:35	U14 80 pł dz F
15:45	U16-80 pł K F
15:55	U14-100 m dz F
15:58	U14-100 m chł F
16:02	U16-100 m K F
16:05	U16-100 m M F
16:10	U12-60 dz F
16:15	U12-60 chł F
16:25	8x200m (2s)
16:35	ZAKOŃCZENIE