



**PROGRAM MINUTOWY
OTWARTYCH MISTRZOSTW KRAKOWA
DZIECI MŁODSZYCH, DZIECI STARSZYCH I MŁODZIKÓW
1.06.2019**



				1 KOMISJA			2 KOMISJA			1 KOMISJA			2 KOMISJA		
11.00	110ppł	M	Młodzicy	11.00	W dal	M	11.00	W dal	K	11.00	p.palant.	K	11.00	p.palant.	M
11.05	100ppł	M	Dzieci Starsze		Dzieci Starsze			Dzieci Starsze			Dzieci Młodsze			Dzieci Młodsze	
11.10	80ppł	K	Młodziczki												
11.20	80ppł	K	Dzieci Starsze												
11.30	100	K	Młodziczki							11.45	Oszczep	K	11.45	Kula	M
11.45	100	M	Młodzicy							500g	Młodziczki		4kg	Dzieci Starsze	
12.05	100	K	Dzieci Starsze										5kg	Młodzicy	
12.30	100	M	Dzieci Starsze	12.30	W dal	M	12.30	W dal	K				12.45	Oszczep	M
12.50	60	K	Dzieci Młodsze		Dzieci Młodsze			Dzieci Młodsze					600g	Młodzicy	
13.20	60	M	Dzieci Młodsze				13.30	Wzwyż	K	13.00	Kula	K			
13.45	200ppł	K	Młodziczki	13.45	W dal	M		Dzieci Młodsze		3kg	Dzieci Starsze				
13.55	200ppł	M	Młodzicy		Młodzicy			Dzieci Starsze		3kg	Młodziczki		13.45	Dysk	M
14.00	500	K	Dzieci Młodsze					Młodziczki		0.75kg	Młodziczki		1kg	Młodzicy	
14.05	500	M	Dzieci Młodsze												
14.10	1000	K	Dzieci Starsze				14.45	W dal	K						
14.15	600	M	Dzieci Starsze					Młodziczki							
14.20	300	K	Dzieci Młodsze												
14.40	300	M	Dzieci Młodsze												
14.50	300	K	Dzieci Starsze	15.00	Wzwyż	M									
15.10	300	M	Dzieci Starsze		Dzieci Młodsze										
15.30	300	K	Młodziczki		Dzieci Starsze										
15.40	300	M	Młodzicy		Młodzicy										
15.45	600	K	Młodziczki												
15.55	600	M	Młodzicy												
16.00	2000	K	Młodziczki												
16.10	2000	M	Młodzicy												

Ważenie sprzętu do rzutów w magazynie hali w godzinach od 10.00 do 13.00

Zbiórka potwierdzająca udział w konkurencji technicznej- 20 minut przed startem na miejscu startu (skocznia lub rzutnia).

Zbiórka potwierdzająca udział w konkurencji biegowej - 15 minut przed startem na miejscu startu.

Skok wzwyż K: 110, 115, 120, 125, 130, 134, 138, 142, 146, 150, 153, 156, 159, 162, 164, 166 i dalej co 2 cm

Skok wzwyż M: 120, 125, 130, 135, 140, 144, 148, 152, 156, 160, 163, 166, 169, 172, 174, 176 i dalej co 2 cm

Dekoracje medalistów OMK - 15' po zakończeniu rywalizacji - do dekoracji zapraszamy Trenera zwycięzcy OMK (zapraszamy do biura zawodów)