



Kraków

PROGRAM MINUTOWY
11. MEMORIAŁ GWIAZD MAŁOPOLSKIEJ LEKKIEJ ATLETYKI
13. OTWARTY PUCHAR KRAKOWA W LEKKIEJ ATLETYCE
22.06.2019



17:00	3000	Kobiet	1s.	17:00	W dal	K	17:10	Wzwyż	M	17:15	Dysk	M	17:15	Dysk	
17:15	100 ppł.	Kobiet	1s.							2kg	Mężczyzn		1kg	Kobiet	
17:25	110 ppł.	Mężczyzn	1s.												
17:30	100 el.	Kobiet	3s.												
17:45	100 el.	Mężczyzn	4s.												
18:10	400 ppł.	Kobiet	2s.							18:10	Kula	M	18:20	Oszczep	K
18:25	400 ppł.	Mężczyzn	2s.							7.26kg	Mężczyzn		600g	Kobiet	
18:40	400	Kobiet	3s.	18:40	Wzwyż	K	18:30	W dal	M						
18:55	400	Mężczyzn	1s.												
19:05	100 finał	Kobiet								19:00	Kula	K			
19:10	100 finał	Mężczyzn								4kg	Kobiet		19:10	Oszczep	M
19:15	800	Mężczyzn	2s.										800g	Mężczyzn	
19:25	1500	Kobiet	1s.												
19:35	200	Kobiet	3s.	19:45	3-skok	K	19:45	3-skok	M						
19:50	200	Mężczyzn	4s.		belka 11			belka 11							
20:10	800	Kobiet	2s.												
20:20	1500	Mężczyzn	2s.												
20:30	3000 prz.	Mężczyzn	1s.												

Ważenie sprzętu do rzutów w magazynie hali do gier zespołowych w godzinach od 16.00 do 18.30.

Zbiórka potwierdzająca udział w konkurencji technicznej - 25 minut przed startem na bramce sędziowskiej w tunelu lekkoatletycznym.

Zbiórka potwierdzająca udział w konkurencji biegowej - 20 minut przed startem na bramce sędziowskiej w tunelu lekkoatletycznym.

W konkurencjach technicznych odbędą się finały w formule otwartej bez podziału na kategorie wiekowe.

Wysokości w konkursie skoku wzwyż M: 170 , 175 , 180 , 185 , 190 , 195 , 200 , 204 , 208 , 212, 216, 220, 224 i dalej co 2 cm.

Wysokości w konkursie skoku wzwyż K: 140, 145 , 150 , 155 , 160 , 164 , 168, 172 i dalej co 2 cm.

Dekoracje medalistów 10 konkurencji - 15' po zakończeniu rywalizacji - do dekoracji zapraszamy Trenera zwycięzcy.