

Tabela minimów dopuszczeniowych do mistrzostw Polski w roku 2010

kobiety				konkurencja	mężczyźni			
OOM x/	MPJ	MMP	MPS		MPS	MMP	MPJ	OOM x/
12.50	12.50	12.50	12.00	100	10.60	10.80	11.00	11.20
25.60	25.50	25.30	24.50	200	21.45	21.90	22.20	22.80
58.00	58.00	58.00	56.00	400	47.75	48.80	49.40	50.50
2:16.50	2:15.50	2:15.00	2:10.00	800	1:51.20	1:53.00	1:54.20	1:57.00
4:47.00	4:44.00	4:40.00	4:28.00	1500	3:49.00	3:54.00	3:58.50	4:07.00
10:35.00	10:30.00			3000			8:50.00	9:04.00
	19:40.00	18:45.00	17:25.00	5000	14:30.00	15:10.00	15:50.00	
		bw.	39:00.00	10000	31:45.00	bw.		
14.70	15.70	15.50	14.60	100/110pł	15.20	16:20	15.40	15.00
65.80	64.80	65.50	62.00	400pł	53.30	55.00	56.00	56.70
7:28.00	7:35.00	12:00.00	10:55.00	3000/2000prz	9:15.00	9:35.00	6:10.00 9:50.00	6.20.00
28:30.00(b)	28:50.00(b) 59:00	bw.	1:58:00 58:00	chód	1:45:00	bw.	52:00.00(b) 50:00	51:00.00(b)
165	1.64	163	1.74	wzwyż	2.10	2.04	1.95	192
3.00	3.00	3.00	3.75	tyczka	4.70	4.00	4.00	3.90
5.50	5.50	5.50	5.85	w dal	7.40	7.05	6.85	6.70
11.00	11.30	11.80	12.40	3-skok	15.10	14.20	14.00	13.30
11.30	11.50	11.60	13.20	kula	17.20	15.30	15.30	16.00
35.00	37.00	35.00	44.00	dysk	51.00	45.50	43.00	47.00
39.00	38.00	39.00	51.00	młot	56.00	42.50	50.00	55.00
39.00	38.00	39.00	46.00	oszczep	69.50	60.00	60.00	57.00
3800	3400	3600	4400	wielobój	6000	4700 5500j	5200	4600

- minima można uzyskiwać na zawodach umieszczonych w kalendarzu IAAF, EAA lub PZLA (min klasy I)

x/ - wynik dotyczy I miejsca w eliminacjach strefowych

b/ - wynik uzyskany na bieżni

- nie będą uznawane minima uzyskane we wspólnych biegach kobiet i mężczyzn

- warunkiem uznania minimum w konkurencjach technicznych, rozegranych wspólnie dla kobiet i mężczyzn, jest udział w konkursie minimum 2 kobiet i 2 mężczyzn

Lista osób, którzy uzyskali minima na zawodach w roku 2009 będzie ogłoszona na stronie internetowej PZLA do dnia 10 maja br. Lista ta będzie sukcesywnie uzupełniana o zawodników, którzy uzyskają minima na zawodach rozgrywanych w roku 2010 z których komunikaty wpłyną do PZLA.