

# 21. Mistrzostwa Świata U20

Oregon /USA/, 04-09.08.2026



## ZASADY KWALIFIKACJI ORAZ WSKAŹNIKI PZLA

	KOBIECY		konkurencje	MĘCZYŹNI		
	Minima WA	Wskaźniki PZLA		Wskaźniki PZLA	Minima WA	
64	11.78	11.60	bieg na 100 m	10.40	10.50	64
64	24.35	23.70	bieg na 200 m	21.00	21.25	64
56	55.20	53.50	bieg na 400 m	46.70	47.40	56
48	2:09.00	2:05.50	bieg na 800 m	1:48.80	1:50.00	48
45	4:27.00	4:18.00	bieg na 1500 m	3:45.00	3:47.50	45
20	9:27.00	9:20.00	bieg na 3000 m	8:04.00	8:04.00	20
18	16:25.00	16:25.00	bieg na 5000 m	14:08.00	14:08.00	18
30	10:36.00	10:27.00	bieg na 3000 m prz	8:55.00	9:00.00	30
56	14.10	13:40	bieg na 100/110 m ppł	13:55	14.05	56
56	60.75	58.20	bieg na 400 m ppł	51.30	53.00	56
28	1.81	1.82	skok wzwyż	2.14	2.12	28
28	4.05	4.15	skok o tyczce	5.15	5.12	28
28	6.22	6.25	skok w dal	7.60	7.58	28
28	13.00	13.00	trójskok	15.70	15.45	28
28	14.50	15.30	pchnięcie kulą	19.00	18.30	28
28	49.00	51.00	rzut dyskiem	57.50	56.00	28
28	57.50	61.00	rzut młotem	72.00	68.00	28
28	49.50	52.00	rzut oszczepem	72.00	68.50	28
24	5280 pkt.	5400 pkt.	7-bój/10-bój	7400	7100	24
34	24:00.00 (10km 49:20.00)	23:15.00	chód na 5 000 m	20:45.00	20:50.00 (10km 43:30.00)	34
24		śr=11.70	sztafeta 4x100 m	śr=10.50		24
24		śr=54.20	sztafeta 4x400 m	śr=47.20		24
24		śr=11.70	sztafeta 4x100 m MIX	śr=10.50		24
24		śr=54.20	sztafeta 4x400 m MIX	śr=47.20		24

**Terminy uzyskiwania wskaźników PZLA:**

**25.04.2026 – 19.07.2026**

Wskaźniki zawodnicy mogą zdobywać na zawodach określonej rangi – kalendarz World Athletics Global Calendar (także imprez kategorii F) oraz kalendarz PZLA (minimum klasa I).

**Start w 80. PZLA Mistrzostwach Polski U20 w Zamościu jest obowiązkowy w konkurencji, w której zawodnik/czka będzie startował/a w mistrzostwach świata U20.**

W sytuacji, gdy więcej niż dwóch zawodników/czek uzyska wskaźnik PZLA, przy kwalifikacji do 21. Mistrzostw Świata U20 pod uwagę zostaną wzięte poniższe kryteria::

- dyspozycje zdrowotne,
- uzyskane miejsce podczas mistrzostw Polski U20,
- dyspozycja startowa,

- d) pozycja w rankingu WA,
- e) start we wcześniejszych imprezach rangi mistrzowskiej międzynarodowej.

**Ostateczną decyzję o powołaniu do reprezentacji  
na 21. Mistrzostwa Świata U20 w Oregonie  
podejmuje Zarząd PZLA na wniosek Zespołu Szkoleniowego PZLA.**

**Zatwierdzone przez Zarząd PZLA**