

80. PZLA Mistrzostwa Polski U20

Zamość, 17-19.07.2026 r.

Projekt programu: wersja 7.1

Dzień 1 (Piątek, 17.07.2026 r.)

Godzina rozpoczęcia	Biegi	Skok w dal		Skoki wysokie	Pchnięcie kulą	Rzuty długie	Godzina zakończenia
10:00		Skok w dal M el					11:00:00
10:15					Pchnięcie kulą K el (boisko boczne)		11:09:00
11:45					Pchnięcie kulą M el (boisko boczne)		12:37:00
12:00						Rzut młotem K el (rzutnia boczna)	12:39:00
12:15		Skok w dal K el					13:15:00
12:30	400p K 1						12:32:00
12:36	400p K 2						12:38:00
12:42	400p K 3						12:44:00
12:48	400p K 4						12:50:00
13:00	400p M 1						13:02:00
13:05				Skok wzwyż K el gr. A i gr. B		Rzut oszczepem K el	14:05:00
13:06	400p M 2						13:08:00
13:12	400p M 3						13:14:00
13:15						Rzut młotem M el (rzutnia boczna)	13:50:00
13:18	400p M 4						13:20:00
13:35	400 K 1						13:37:00
13:41	400 K 2						13:43:00
13:47	400 K 3						13:49:00
13:53	400 K 4						13:55:00
14:00	400 M 1						14:02:00
14:06	400 M 2						14:08:00
14:12	400 M 3						14:14:00
14:18	400 M 4						14:20:00
14:24	400 PK K						14:26:00

14:30	Uroczyste otwarcie						14:58:00
-------	--------------------	--	--	--	--	--	----------

Godzina rozpoczęcia	Biegi	Skok w dal		Skoki wysokie	Pchnięcie kulą	Rzuty długie	Godzina zakończenia
15:00	400 M PK 1						15:02:00
15:05				Skok wzwyż M el gr. A i gr. B			16:05:00
15:06	400 M PK 2						15:08:00
15:30						Rzut oszczepem M el	16:30:00
15:35	800 K 1						15:38:00
15:42	800 K 2						15:45:00
15:49	800 K 3						15:52:00

80. PZLA Mistrzostwa Polski U20
Zamość, 17-19.07.2026 r.

Projekt programu: wersja 7.1

Dzień 1 (Piątek, 17.07.2026 r.)

Godzina rozpoczęcia	Biegi	Skok w dal		Skoki wysokie	Pchnięcie kulą	Rzuty długie	Godzina zakończenia
15:56	800 K 4						15:59:00
16:05	800 M 1						16:08:00
16:11	800 M 2						16:14:00
16:17	800 M 3						16:20:00
16:23	800 M 4						16:26:00
16:35	100 K 1						16:37:00
16:41	100 K 2						16:43:00
16:47	100 K 3						16:49:00
16:53	100 K 4						16:55:00
17:00	100 M 1						17:02:00
17:06	100 M 2						17:08:00
17:12	100 M 3						17:14:00
17:18	100 M 4						17:20:00
17:20		Skok w dal M F					18:27:00
17:24	100 M 5						17:26:00
17:30	100 PK K						17:32:00
17:35	100 PK M 1						17:37:00
17:40	100 PK M 2						17:42:00
17:45	100 K FB						17:47:00
17:50					Pchnięcie kulą K F		18:50:00
17:55	100 K FA						17:57:00
18:05	100 M FB						18:07:00
18:15	100 M FA						18:17:00
18:25	3000 K 1						18:40:00
18:40	3000 K 2						18:55:00
18:55	3000 M						19:08:00
19:15		Skok w dal K F					20:21:00
19:20	5 000ch M						19:47:00
19:25					Pchnięcie kulą M F		20:25:00
19:50	5 000ch K						20:20:00

80. PZLA Mistrzostwa Polski U20

Zamość, 17-19.07.2026 r.

Projekt programu: wersja 7.1

Dzień 2 (Sobota, 18.07.2026 r.)

Godzina rozpoczęcia	Biegi	Skok w dal		Skoki wysokie	Pchnięcie kulą	Rzuty długie	Godzina zakończenia
10:00						Rzut dyskiem K el. (boisko boczne)	10:49:00
10:30		Trójskok M el					11:32:00
11:35						Rzut dyskiem M el (boisko boczne)	12:24:00
11:20	200 K 1						11:22:00
11:26	200 K 2						11:28:00
11:30				Skok o tyczce K F			13:48:00
11:32	200 K 3						11:34:00
11:38	200 K 4						11:40:00
11:44	200 K 5						
11:50	200 M 1						11:52:00
11:56	200 M 2						11:58:00
12:00						Rzut młotem K F	13:03:00
12:02	200 M 3						12:04:00
12:08	200 M 4						
12:14	200 M 5						12:16:00
12:30		Trójskok K el					13:32:00
14:00						Rzut młotem M F	15:04:00
15:55						Rzut oszczepem M F	17:04:00
16:35				Skok o tyczce M F			19:22:00
16:40	400p K FB						16:42:00
16:50	400p K FA						16:52:00
17:10	400p M FB						17:12:00
17:20	400p M FA						17:22:00
17:45	400 K FB						17:47:00
17:55	400 M FB						17:57:00
18:00						Rzut oszczepem K F	19:08:00
18:05	400 K FA						18:07:00
18:15	400 M FA						18:17:00
18:30	800 K F						18:33:00
18:45	800 M F						18:48:00
19:00	4x100 K 1						19:03:00
19:10	4x100 K 2						19:13:00
19:20	4x100 M 1						19:23:00
19:30	4x100 M 2						19:33:00
19:40	3000p K						19:55:00
19:55	3000p M 1						20:08:00
20:10	3000p M 2						20:23:00

80. PZLA Mistrzostwa Polski U20

Zamość, 17-19.07.2026 r.

Projekt programu: wersja 7.1

Dzień 3 (Niedziela, 19.07.2026 r.)

Godzina rozpoczęcia	Biegi	Skok w dal		Skoki wysokie	Pchnięcie kulą	Rzuty długie	Godzina zakończenia
11:20	100p K 1						11:22:00
11:26	100p K 2						11:28:00
11:32	100p K 3						11:34:00
11:38	100p K 4						11:40:00
11:45				Skok wzwyż K F			13:33:00
11:55	200 K FB						11:57:00
12:00						Rzut dyskiem K F	13:02:00
12:05	200 M FB						12:07:00
12:15	200 K FA						12:17:00
12:25	200 M FA						12:27:00
12:40	100p K FB						12:42:00
12:50	100p K FA						12:52:00
13:00		Trójskok M F					14:09:00
13:10	110p M 1						13:12:00
13:16	110p M 2						13:18:00
13:22	110p M 3						13:24:00
13:28	110p M 4						13:30:00
14:00						Rzut dyskiem M F	15:04:00
14:20				Skok wzwyż M F			15:59:00
14:30	110p M FB						14:32:00
14:40	110p M FA						14:42:00
14:50	1500 K 1						14:56:00
14:58	1500 K 2						15:04:00
15:05		Trójskok K F					16:14:00
15:10	1500 M 1						15:16:00
15:17	1500 M 2						15:23:00
15:30	4x400 K 1						15:36:00
15:40	4x400 K 2						15:46:00
15:50	4x400 M 1						15:56:00
16:00	4x400 M 2						16:06:00