

PZLAMISTRZOSTWA POLSKI
W WIELOBÓJACH I SZTAFETACH

ŁÓDŹ, 3 - 4 PAŹDZIERNIKA 2020

PROGRAM MINUTOWY**Dzień 1****3.10.2020 (sobota)**

aktualizacja 30.09.2020

Godz.	Sztafety	10-bój M Sen/U23	10-bój M U20	7-bój K Sen/U23	7-bój K U20	5-bój M U16	5-bój K U16	Dekoracje	Godz.
09:20							80p K U16 1		09:20
09:25							80p K U16 2		09:25
09:30									09:30
09:35									09:35
09:50			100 M U20 1						09:50
09:55			100 M U20 2						09:55
10:00			100 M U20 3						10:00
10:30					100p K U20 1		Skok wzwyż K U16 gr. A, gr. B		10:30
10:36					100p K U20 2				10:36
10:40			Skok w dal M U20 gr. A, B						10:40
10:42					100p K U20 3				10:42
11:00									11:00
11:10		100 M Sen/U23 1							11:10
11:15		100 M Sen/U23 2							11:15
11:30	100 K PK 1								11:30
11:35	100 K PK 2								11:35
11:40	100 K PK 3		Pchnięcie kulą M U20						11:40
11:50	100 M PK 1								11:50
11:55	100 M PK 2								11:55
12:00		Skok w dal M Sen/U23							12:00
12:10						110p M U16 1			12:10
12:16						110p M U16 2			12:16
12:25					Skok wzwyż K U20 gr. A, B		Pchnięcie kulą K U16		12:25
12:30				100p K Sen/U23 1					12:30
12:36				100p K Sen/U23 2					12:36
12:50	Sztafeta szw. K U16 1								12:50
12:58	Sztafeta szw. K U16 2								12:58
13:05	Sztafeta szw. M U16 1								13:05
13:13	Sztafeta szw. M U16 2								13:13
13:15		Pchnięcie kulą M Sen/U23							13:15

Ministerstwo
Sportu

PZLAMISTRZOSTWA POLSKI
W WIELOBOJACH I SZTAFETACH

ŁÓDŹ, 3 - 4 PAŹDZIERNIKA 2020

PROGRAM MINUTOWY**Dzień 1****3.10.2020 (sobota)**

Godz.	Sztafety	10-bój M Sen/U23	10-bój M U20	7-bój K Sen/U23	7-bój K U20	5-bój M U16	5-bój K U16	Dekoracje	Godz.	
13:30	CEREMONIA OTWARCIA 3. PZLA MISTRZOSTW POLSKI W WIELOBOJACH I SZTAFETACH									13:30
13:35						Skok w dal M U16 gr. A, B			13:35	
13:40	Sztafeta szw. K U18 1								13:40	
13:48	Sztafeta szw. K U18 2								13:48	
13:55							Sztafeta szw. K U16 CD		13:55	
14:00	Sztafeta szw. M U18								14:00	
14:10							Sztafeta szw. M U16 CD		14:10	
14:15	4x200 K U16 1								14:15	
14:22	4x200 K U16 2								14:22	
14:29	4x200 K U16 3								14:29	
14:30		Skok wzwyż M Sen/U23		Skok wzwyż K Sen/U23	Pchnięcie kulą K U20			Sztafeta szw. K U18 CD	14:30	
14:35	4x200 M U16								14:35	
14:41								Sztafeta szw. M U18 CD	14:41	
14:45	4x200 K U20 1								14:45	
14:52	4x200 K U20 2								14:52	
15:00	4x200 M U20								15:00	
15:06								4x200 K U16 CD	15:06	
15:10	4x200 K								15:10	
15:20	4x200 M 1					Pchnięcie kulą M U16			15:20	
15:26								4x200 M U16 CD	15:26	
15:30	4x200 M 2								15:30	
15:40	4x400 MIX U18 1								15:40	
15:46								4x200 K U20 CD	15:46	
15:50	4x400 MIX U18 2								15:50	
16:00	4x400 MIX U20 (1)								16:00	
16:07								4x200 M U20 CD	16:07	

Ministerstwo
Sportu

PZLAMISTRZOSTWA POLSKI
W WIELOBÓJACH I SZTAFETACH

ŁÓDŹ, 3 - 4 PAŹDZIERNIKA 2020

PROGRAM MINUTOWY**Dzień 1****3.10.2020 (sobota)**

Godz.	Sztafety	10-bój M Sen/U23	10-bój M U20	7-bój K Sen/U23	7-bój K U20	5-bój M U16	5-bój K U16	Dekoracje	Godz.
16:13					200 K U20 1				16:13
16:15							4x200 K CD		16:15
16:18					200 K U20 2				16:18
16:20				Pchnięcie kulą K Sen/U23					16:20
16:23					200 K U20 3				16:23
16:15							4x200 K CD		16:15
16:18					200 K U20 2				16:18
16:20				Pchnięcie kulą K Sen/U23					16:20
16:23					200 K U20 3				16:23
16:25			Skok wzwyż M U20 gr. A, B					4x200 M CD	16:25
16:33		400 M Sen/U23 1							16:33
16:36								4x400 MIX U18 CD	16:36
16:40		400 M Sen/U23 2							16:40
16:46								4x400 MIX U20 CD	16:46
16:50	2+2x400 MIX 1								16:50
17:00	2+2x400 MIX 2								17:00
17:15				200 K Sen/U23 1					17:15
17:22				200 K Sen/U23 2					17:22
17:30								2+2x400 MIX CD	17:30
17:35	4x400 MIX 1								17:35
17:44	4x400 MIX 2								17:44
17:51			400 M U20 1						17:51
17:56			400 M U20 2						17:56
18:01			400 M U20 3						18:01
18:05								4x400 MIX CD	18:05

Ministerstwo
Sportu

PZLAMISTRZOSTWA POLSKI
W WIELOBÓJACH I SZTAFETACH

ŁÓDŹ, 3 - 4 PAŹDZIERNIKA 2020

PROGRAM MINUTOWY**Dzień 2****4.10.2020 (niedziela)**

Godz.	Sztafety	10-bój M Sen/U23	10-bój M U20	7-bój K Sen/U23	7-bój K U20	5-bój M U16	5-bój K U16	Dekoracje	Godz.
09:30			110p M U20 1						09:30
09:36			110p M U20 2						09:36
09:42			110p M U20 3						09:42
10:00						Skok wzwyż M U16 gr. A, B			10:00
10:10		110p M Sen/U23 1							10:10
10:15			Rzut dyskiem M U20						10:15
10:16		110p M Sen/U23 2							10:16
11:00		Rzut dyskiem M Sen/U23					Skok w dal K U16 gr. A, B		11:00
11:30									11:30
12:00					Skok w dal K U20 gr. A, B				12:00
12:15							600 K U16 1		12:15
12:21							600 K U16 2		12:21
12:30		Skok o tyczce M Sen/U23	Skok o tyczce M U20						12:30
12:55								5-bój K U16 CD	12:55
13:10				Skok w dal K Sen/U23					13:10
13:15					Rzut oszczepem K U20				13:15
14:00						1000 M U16			14:00
14:20				Rzut oszczepem K Sen/U23					14:20
14:35								5-bój M U16 CD	14:35
14:40					800 K U20 1				14:40
14:48					800 K U20 2				14:48
15:03	4x600 MIX U16 1								15:03
15:12	4x600 MIX U16 2								15:12
15:20		Rzut oszczepem M Sen/U23							15:20
15:21	4x600 MIX U16 3								15:21
15:30	4x800 MIX U18								15:30
15:40								7-bój K U20 CD	15:40
15:50				800 K Sen/U23					15:50
15:55								4x600 MIX U16 CD	15:55
16:00	4x800 MIX U20								16:00
16:06								4x800 MIX U18 CD	16:06
16:10	4x800 MIX		Rzut oszczepem M U20						16:10
16:20								7-bój K U23 CD	16:20
16:30								7-bój K CD	16:30
16:40								4x800 MIX U20 CD	16:40
16:45		1500 M Sen/U23							16:45
16:50								4x800 MIX CD	16:50
17:15								10-bój M U23 CD	17:15
17:25								10-bój M CD	17:25
17:35			1500 M U20 1						17:35
17:42			1500 M U20 2						17:42
18:00								10-bój M U20 CD	18:00

Ministerstwo
Sportu