

# 39. PZLA MISTRZOSTWA POLSKI

## Poznań, 30-31.07.2022 r.

Projekt programu wersja 4.0 na dzień 04.07.2022

### Dzień 1, 30.07.2022

Godzina	Biegi	Trójskok	Skok wzwyż	Skok o tyczce	Pchnięcie kulą	Pchnięcie kulą	Rzuty długie	Godzina
12:40		Trójskok K						12:40
12:55					Pchnięcie kulą K	Pchnięcie kulą M		12:55
13:00								13:00
13:06								13:06
13:12								13:12
13:18								13:18
13:30	100 K 1							13:30
13:36	100 K 2							13:36
13:42	100 K 3							13:42
13:48	100 K 4							13:48

14:00

CEREMONIA OTWARCIA

14:00

14:10								14:10
14:15				Skok o tyczce K				14:15
14:25	400 K 1							14:25
14:30		Trójskok M						14:30
14:32	400 K 2							14:32
14:35							Rzut oszczepem M	14:35
14:39	400 K 3							14:39
14:55	100 K F							14:55
15:15	400 M 1							15:15
15:22	400 M 2							15:22
15:29	400 M 3							15:29
15:48	100p K 1							15:48
15:56	100p K 2							15:56
16:10							Rzut oszczepem K	16:10
16:12	110p M 1							16:12
16:20	110p M 2							16:20
16:48	100p K F							16:48
17:00			Skok wzwyż M					17:00
17:15	110p M F							17:15
17:33	100 M 1							17:33
17:39	100 M 2							17:39
17:45	100 M 3							17:45
18:00							Rzut młotem M	18:00
18:07	800 M 1							18:07
18:15	800 M 2							18:15
18:23	800 K 1							18:23
18:31	800 K 2							18:31
18:45	100 M F							18:45
19:00	3000p M							19:00
19:15	3000p K							19:15



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki

## Dzień 2, 31.07.2022

Godzina	Biegi	Skok w dal	Skok wzwyż	Skok o tyczce	Rzuty długie	Dekoracje	Godzina
10:30		Skok w dal K					10:30
10:40			Skok wzwyż K				10:40
11:00					Rzut dyskiem M		11:00
11:40							11:40
12:00							12:00
12:15		Skok w dal M					12:15
12:24	200 K 1						12:24
12:30	200 K 2						12:30
12:36	200 K 3						12:36
12:40					Rzut dyskiem K		12:40
12:45	200 M 1						12:45
12:51	200 M 2						12:51
12:57	200 M 3						12:57
13:10	400p K 1						13:10
13:18	400p K 2						13:18
13:30	400p M 1						13:30
13:38	400p M 2						13:38
13:40				Skok o tyczce M			13:40
13:50	1500 K						13:50
14:05	1500 M						14:05
14:25					Rzut młotem K		14:25
15:00	4x100 K 1						15:00
15:08	4x100 K 2						15:08
15:16	4x100 M 1						15:16
15:24	4x100 M 2						15:24
15:35	4x400 K 1						15:35
15:43	4x400 K 2						15:43
15:51	4x400 M 1						15:51
15:59	4x400 M 2						15:59

### Zmiany w programie względem wersji 3.0

1. Zmiana godziny rozpoczęcia konkursu skok wzwyż K i skok o tyczce M (D2)



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki