

71. PZLA Mistrzostwa Polski U20 TORUŃ 2017

Stadion im. Grzegorza Duneckiego w Toruniu, 7-9 lipca 2017

projekt: 2017/07/05

PROGRAM MINUTOWY [projekt]

PIĄTEK 07.07.2017

	bieżnia	skoki	rzuły
10:00		w dal K el. gr. A + B	
10:05			kula K el. gr. A + B
10:10			
10:15			
10:35			
11:00	100 m K PK		
11:20			kula M el. gr. A + B
11:25	100 m M PK		
11:40		w dal M el. gr. A + B	
11:50	400 m K PK		
12:15	400 m M PK		
12:30			
12:40	400 m ppt K el.		
13:05	400 m ppt M el.		
13:30			oszczep K el. gr. A

17:00 CEREMONIA OTWARCIA 71. PZLA MISTRZOSTW POLSKI U20			
17:10			oszczep M el. gr. A
17:15	400 m K el.		
17:20		w dal K	kula K
17:25			
17:35	400 m M el.		
17:55	100 m M el.		
18:15	3000 m K		
18:25			oszczep M el. gr. B
18:30	800 m K el.		
18:45		w dal M	
18:50	100 m M FB		kula M
18:55	100 m M FA		
19:05	100 m K el.		
19:25	800 m M el.		
19:45	3000 m M		
20:05	100 m K FB		
20:10	100 m K FA		

SOBOTA 08.07.2017

	bieżnia	skoki	rzuły
08:00	chód 10 000 m K		
09:00	chód 10 000 m M		
09:05			dysk K el. gr. A
10:00		wzwyż M el. gr. A	
10:10			
10:15			dysk K el. gr. B
10:30		trójskok K el. gr. A + B	
10:45	200 m K el.		
11:05	200 m M el.		
11:25			dysk M el. gr. A
11:55		trójskok M el. gr. A + B	
12:35			dysk M el. gr. B
12:40			
13:45			młot M el. gr. A
14:45			młot M el. gr. B

15:55			młot K
17:00	400 m ppt K FB		
17:05	400 m ppt K FA		
17:15			oszczep K
17:25	400 m ppt M FB		
17:30		tyczka K	
17:35	400 m ppt M FA		
17:45	800 m K		
17:55	800 m M		
18:10	400 m K FB		
18:17	400 m M FB		
18:25		wzwyż K	
18:40			oszczep M
18:45	400 m K FA		
18:52	400 m M FA		
19:10	2000 m przeszkody K		
19:25	2000 m przeszkody M		
19:40	4 x 100 m K		
19:55	4 x 100 m M		

NIEDZIELA 09.07.2017

	bieżnia	skoki	rzuły
09:00	5000 m K		
09:30	5000 m M		
10:05			młot M
10:15		tyczka M	
10:40		trójskok K	
10:45	200 m K FB		
10:55	200 m M FB		
11:15		wzwyż M	
11:30			dysk K
11:40	200 m K FA		
11:50	200 m M FA		
12:15	1500 m K		
12:25	1500 m M		
12:45	100 m ppt K el.		
12:55			dysk M
13:00	110 m ppt M el.		
13:15		trójskok M	
13:40	100 m ppt K FB		
13:47	100 m ppt K FA		
14:00	110 m ppt M FB		
14:07	110 m ppt M FA		
14:20	4 x 400 m K		
14:35	4 x 400 m M		

