

38. PZLA MISTRZOSTWA POLSKI

Suwałki, 24-25.07.2021 r.

Dzień 1, 24.07.2021

Godzina	Biegi	Trójskok	Skok wzwyż	Skok o tyczce	Pchnięcie kulą	Rzuty długie	Dekoracje	Godzina
14:00 CEREMONIA OTWARCIA 14:00								
14:15				Skok o tyczce K				14:15
14:20								14:20
14:30		Trójskok M						14:30
15:05						Rzut oszczepem M		15:05
15:10	400 K 1							15:10
15:16	400 K 2							15:16
15:28	400 K 3							15:28
15:30	400 M 1							15:30
15:36	400 M 2							15:36
15:42	400 M 3							15:42
15:50	100 M 4							15:50
15:55							400 K CD	15:55
16:00								16:00
16:05					Pchnięcie kulą K			16:05
16:10							400 M CD	16:10
16:15							Trójskok M CD	16:15
16:20	100p K 1							16:20
16:28	100p K 2							16:28
16:35							Rzut oszczepem M CD	16:35
16:40						Rzut oszczepem K		16:40
16:45							Skok o tyczce K CD	16:45
16:50	100 M F							16:50
16:55		Trójskok K						16:55
17:00	100 K 1							17:00
17:06	100 K 2							17:06
17:12	100 K 3							17:12
17:18	100 K 4							17:18
17:25								17:25
17:30	100p K F							17:30
17:35								17:35
17:40	110p M 1							17:40
17:45			Skok wzwyż K					17:45
17:47	110p M 2							17:47
18:00	100 K F							18:00
18:05							100 M CD	18:05
18:10							Pchnięcie kulą K CD	18:10
18:15							Rzut oszczepem K CD	18:15
18:20					Pchnięcie kulą M			18:20
18:25							100p K CD	18:25
18:30							100 K CD	18:30
18:35							Trójskok K CD	18:35
18:40	110p M F							18:40
18:50						Rzut młotem K		18:50
18:55	800 K 1							18:55
19:02	800 K 2							19:02
19:09	800 K 3							19:09
19:15	800 M 1							19:15
19:21	800 M 2							19:21
19:25							800 K CD	19:25
19:27	800 M 3							19:27
19:30							110p M CD	19:30
19:35	3000p M							19:35
19:45							Pchnięcie kulą M CD	19:45
19:50	3000p K							19:50
19:55							800 M CD	19:55
20:05							3000p M CD	20:05
20:10							Rzut młotem K CD	20:10
20:15							3000p K CD	20:15
20:20							Skok wzwyż K CD	20:20

Dzień 2, 25.07.2021

Godzina	Biegi	Skok w dal	Skok wzwyż	Skok o tyczce	Pchnięcie kulą	Rzuty długie	Dekoracje	Godzina
11:30		Skok w dal K		Skok o tyczce M				11:30
12:00						Rzut dyskiem M		12:00
12:30								12:30
13:30		Skok w dal M						13:30
13:35						Rzut dyskiem K		13:35
13:55	200 K 1							13:55
14:00	200 K 2							14:00
14:05	200 K 3							14:05
14:10	200 K 4							14:10
14:15	200 M 1							14:15
14:18			Skok wzwyż M					14:18
14:20	200 M 2							14:20
14:25	200 M 3							14:25
14:30	200 M 4							14:30
14:35							Rzut dyskiem M CD	14:35
14:40							Skok w dal K CD	14:40
14:45	400p K 1							14:45
14:52	400p K 2							14:52
14:55							Skok w dal M CD	14:55
15:00							Skok o tyczce M CD	15:00
15:05	400p M 1							15:05
15:07							200 K CD	15:07
15:12	400p M 2							15:12
15:15						Rzut młotem M		15:15
15:16							200 M CD	15:16
15:20	1500 K 1							15:20
15:25							Rzut dyskiem K CD	15:25
15:30	1500 K 2							15:30
15:40	1500 M 1							15:40
15:50	1500 M 2							15:50
15:56							1500 K CD	15:56
16:00	4x100 K 1							16:00
16:03							400p K CD	16:03
16:08	4x100 K 2							16:08
16:10							400p M CD	16:10
16:18							1500 M CD	16:18
16:15	4x100 M 1							16:15
16:23	4x100 M 2							16:23
16:26							Rzut młotem M CD	16:26
16:33	4x400 K 1							16:33
16:40							Skok wzwyż M CD	16:40
16:42	4x400 K 2							16:42
16:51	4x400 M 1							16:51
17:00	4x400 M 2							17:00
17:05							4x100 K CD	17:05
17:10							4x100 M CD	17:10
17:15							4x400 K CD	17:15
17:20							4x400 M CD	17:20