

Liga Młodzików - 15.05.2019r. Chojnice

Program minutowy

Godz.	Biegi, chód	Skoki		Rzuty	
		w dal K	wzwyż M	dysk M	kula K
11.30	80mppl K				
11.40	100m M				
11.55	100m K				
12.20	200m ppł M			dysk K	
12.25	200m ppł K				
12.30	600 m K	w dal M	wzwyż K		kula M
12.45	600 m M				
13.00	1000 m K			oszczep K	
13.10	1000 m M				
13.25	300 m K				
13.45	300 m M			oszczep M	
14.10	4X100m K				
14.20	4X100m M				

wysokości w skoku wzwyż M:	130 -135-140-145-150-155-160-165 -170 i dalej co 3 cm
wysokości w skoku wzwyż K:	120 - 125 - 130 - 135 -140 - 145 - 150 i dalej co 3cm

Sprawdzenie obecności w konkurencjach biegowych 15 min. przed planowaną godziną startu u pomocnika startera, w konkurencjach technicznych 20 min. u sędziego konkurencji.

Brak zgłoszenia na zbiórce może skutkować niedopuszczeniem do startu.

Nie odbędą się konkurencje 110m ppł, chód K i M - brak zgłoszeń

Wszyscy zawodnicy uczestniczący w zawodach muszą być ubezpieczeni przez macierzysty klub oraz posiadać aktualne badania lekarskie dopuszczające do udziału w zawodach lekkoatletycznych za co odpowiedzialni są trenerzy i kluby !.

UWAGA: na płycie stadionu przebywają tylko zawodnicy aktualnie startujący w konkurencjach !!!

Zarząd Pomorskiego OZLA apeluje do wszystkich uczestników zawodów o utrzymanie właściwego porządku na obiekcie w czasie trwania imprezy. Na płycie stadionu mogą przebywać jedynie sędziowie, służba techniczna oraz oficjalni przedstawiciele organizatora.

Program zawodów może ulec zmianie po weryfikacji startujących o czym decyduje S.G. i Delegat POZLA.