

Potwierdzenie tokenem do dnia 16.08 do godz. 12.00

Program minutowy 17.08.2024r. Chojnice

Godzina	BIEGI	SKOKI	RZUTY
11.00	Uroczyste otwarcie zawodów 30-lecie sekcji Ia Chojniczanki Chojnice		
11.10	chód 5km M	skok wzwyż K i M skok w dal K	dysk K+M
11.11	chód 3km K		
11.45	110m ppł M		
12.00	80m ppł K		
12.10	100m K U-14		
12.30	100m K	skok w dal M	oszczep K
13.05	100m M		kula M
13.35	600m K	wieloskok K+ M	
13.55	600m M		oszczep M
14.10	1000m K		kula K
14.25	1000m M		
14.45		skok w dal K U-14	
14.50	300m pł. K		
14.55	300m pł. M		
15.10	300m K		
15.35	300m M		

WYSOKOŚCI W SKOKACH:

wzwyż - 126-dalej co 5cm do 151 - dalej co 3 cm

Rozgrzewka na płycie bocznej stadionu, wyjście furtką za metą na 100m.

Ważenie sprzętu w godzinach 10.15 - 12.00

Na płycie boiska i bieżni przebywają tylko zawodnicy aktualnie startujący, którzy opuszczają stadion natychmiast po zakończeniu swoich konkurencji !!!.

Zakaz rozgrzewki i przebywania na płycie zawodników aktualnie nie startujących.

Zawodnicy muszą posiadać aktualne badanie lekarskie za co odpowiedzialni są trenerzy i kluby.

Zarząd Pomorskiego OZLA apeluje do wszystkich uczestników zawodów o utrzymanie porządku na obiekcie.

Program zawodów może ulec zmianie o czym decyduje sędzia główny zawodów i delegat POZLA.

