

**PROGRAM MIĘDZYWOJEWÓDZKICH MISTRZOSTW MŁODZIKÓW 6.09.2025r. Sopot**

| godzina | BIEGI               | SKOKI             | RZUTY                      |
|---------|---------------------|-------------------|----------------------------|
| 10.30   |                     |                   | młot K (18) – górne boisko |
| 11.00   | 80m ppł K – el. (3) | Tyczka K+M        | dysk M (15)                |
| 11.20   | 110m ppł. M el. (2) |                   |                            |
| 11.35   | 100m M el. (4)      |                   |                            |
| 12.00   | 100m K el (8)       | skok wzwyż K (24) | młot M (13) – górne boisko |
| 12.15   |                     |                   | dysk K (19)                |
| 12.40   | 80m ppł K - FINAŁ   |                   |                            |
| 12.50   | 110m ppł. M – FINAŁ |                   |                            |
| 13.00   | 100m M - FINAŁ      |                   | kula M (16)                |
| 13.10   | 100m K – FINAŁ      |                   |                            |
| 13.20   | 600m K (3s)         |                   |                            |
| 13.30   |                     | w dal K (25)      |                            |
| 13.45   | 600m M (2s)         |                   |                            |
| 14.00   | 1000m K (2s)        |                   |                            |
| 14.15   | 1000m M (2s)        |                   | oszczep K (18)             |
| 14.30   | 1000m prz. K (1s)   |                   |                            |
| 14.40   | 300m ppł. K (3s)    | skok wzwyż M (13) | kula K (22)                |
| 14.50   |                     | w dal M (24)      |                            |
| 15.00   | 300m ppł. M (2s)    |                   |                            |
| 15.20   | 300m K (5s)         |                   |                            |
| 15.30   |                     |                   | oszczep M (20)             |
| 15.50   | 300m M (3s)         |                   |                            |
| 16.00   |                     | wieloskok K (19)  |                            |
| 16.10   | 2000m K (1s)        |                   |                            |
| 16.20   | 2000m M (1s)        |                   |                            |
| 16.35   | 4X100m K (3s)       |                   |                            |
| 17.00   | 4X100m M (2s)       |                   |                            |
| 17.10   | 600m PK             | wieloskok M (16)  |                            |
|         |                     |                   |                            |

**WYSOKOŚCI W SKOKACH:**

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

wzwyż m - 141 - dalej co 5 cm do 171 - dalej co 3cm

tyczka : 210 - 220 - 240 - 250 - 260 -270 -280 - 290 -300 i dalej co 5

Weryfikacja, zażenie sprzętu w godzinach 10.00 – 12.00.

Zawodnicy mają obowiązek weryfikacji, potwierdzenia startu na bramce

- w konkurencjach biegowych 30', technicznych 45' przed startem

Nie ma możliwości zmiany konkurencji zawodników wcześniej zgłoszonych , zgłaszania nowych zawodników oraz startów P.K.

Na płycie boiska mogą znajdować się sędziowie, obsługa techniczna,przedstawiciele organizatora oraz zawodnicy aktualnie startujący.

Rozgrzewka na boisku górnym po zakończeniu młotu.

Zakaz rozgrzewki i przebywania na płycie boiska i bieżni zawodników aktualnie nie startujących.

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

**Po potwierdzeniu startu tokenem program zawodów może być skorygowany!**

Prawo startu w Międzywojewódzkich Mistrzostwach Młodzików w lekkiej atletyce

mają zawodnicy urodzeni w latach 2010-2011, posiadający ważną licencję na sezon 2025

W biegach na 100m K i M, 110m ppł i 80m ppł. odbędą się eliminacje i FINAŁY  
Pozostałe konkurencje biegowe - serie rozgrywane będą na czas.

Zawodnicy którzy zajęli miejsca I - III otrzymują medale.

Zbiórka zawodników do dekoracji bezpośrednio po zakończonej konkurencji.

Dekoruje trener lub przedstawiciel klubu zawodnika, który zdobył I miejsce