



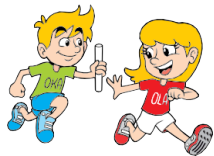
Lekkoatletyka
Mistrzostwa Okręgu Ldk
dla każdego!
PROGRAM MINUTOWY ZAWODÓW (projekt)

Słupsk, 26.09.2026

Godzina	BIEŻNIA	SKOK W DAL	SKOK WZWYŻ	KULA	RZUTY
11:00	60 m K U14	M U14 / M U12	M U14 K U14	M U14 K U14	Piłeczka K+M U12
11:25	60 m K U12				
11:50	60 m K U10				
12:05	60 m M U14				
12:15	60 m M U12	K U14			
12:25	60 m M U10				
12:35	600 m K U14				Piłeczka K+M U14
12:50	600 m K U12				
13:00	600 m M U14				
13:10	600 m M U12				
13:15	1000 m K U14				
13:25	1000 m M U14	K U10 / M U10			Oszczep K+M U14
13:35	300 m K U14				
14:00	300 m K U12				
14:30	300 m K U10				
14:35	300 m M U14	K U12			
14:45	300 m M U12				
14:55	300 m M U10				
15:10	4×100 m K U14				
15:15	4×100 m K U12				
15:20	4×100 m MIX U14				
15:25	4×100 m MIX U12				
15:30	4×100 m M U12				

Założenia organizacyjne

- 60 m, 300m, 600m, 1000m: serie na czas
- W biegach obowiązuje kolejność: K / M U14 → U12 → U10.



Lekkoatletyka

dla każdego!

- Konkurencje techniczne: 3 próby dla wszystkich zawodników oraz dodatkowe 2 próby dla najlepszych 8;
- Skok wzwyż, pierwsza wysokość 110cm i dalej co 5cm

Pod uwagę brana jest możliwość rozegrania skoku w dal na dwie skocznie dz – skocznia A (meta) i chł – skocznia B (start). Decyzja po potwierdzeniu tokenem (ilość faktycznie startujących).

Dekoracje odbywać się będą do 10-15 minut po zakończeniu konkurencji.

Organizator
Pomorski Okręgowy Związek
Lekkiej Atletyki