



Lekkoatletyka
dla każdego!

Regionalne Zawody LDK! 2022

Poznań, 15.05.2022

Program minutowy

godz.		serii	A	B	C		
11:00	80m ppł K U14+U16	1	skok w dal K U14	skok w dal M U14	skok w dal K U12	skok wzwyż K + M U16	pchnięcie kulą K U16
11:10	110m ppł U16	1					/b.boczne/
11:20	60m K U12 el	5					
11:35	60m M U12 el	3					
11:50	100m K U14 el	8					
12:00							pchnięcie kulą M U16
12:15	100m M U14 el	6					/b.boczne/
12:35	100m K U16 el	6					
12:55	100m M U16 el	3					
13:00						skok wzwyż K + M U14	pchnięcie kulą K + M U14
13:10	600m K U12	1					/b.boczne/
13:15	600m K U16	2					
13:25	600m M U12	1					
13:30	600m M U16	1					
13:35	1000m K U14	1					
13:40	1000m M U14	1	skok w dal M U16	skok w dal K U16	skok w dal M U12		
13:45	60m K U12 F	F					
13:50	60m M U12 F	F					
13:55	100m K U14 F	F					
14:00	100m M U14 F	F				p.palantowa K+M U12	rzut oszczepem K U16
14:05	100m K U16 F	F				/rzutnia boczna/	
14:10	100m M U16 F	F					
14:30	300m ppł K U16	1					
14:35	300m ppł M U16	1					
14:45	300m K U14	3					
14:55	300m K U16	3					
15:00							rzut oszczepem M U16
15:10	300m M U14	3					
15:20	300m M U16	2					
15:30	sztafeta 4x200m mix	1					