



Lekkoatletyka 3 – 7.08.2016

Zakwaterowanie:	Akademiki Politechniki Wrocławskiej, ul. Wittiga 4, Wrocław
Wyżywienie:	W miejscu zakwaterowania
Miejsce zawodów:	Stadion Olimpijski - LA Akademii Wychowania Fizycznego, ul Paderewskiego 35, Wrocław
Sędzia Główny:	Do ustalenia przez PZS
Delegat Techniczny:	Do ustalenia przez PZS
Konferencja techniczna:	Dom studencki Politechniki Wrocławskiej (T-16), ul. Wittiga 4, Wrocław
Biuro zawodów:	Przed zawodami: DZLA, ul. Borowska 1-3, 50-529 Wrocław W czasie zawodów: Stadion Olimpijski - LA Akademii Wychowania Fizycznego, ul Paderewskiego 35, Wrocław
Kierownik Biura:	Paweł Olszański 663 191 793, olszanski@dzla.pl Anna Kozanecka, 604 487 078, kozanecka@dzla.pl Maja Brońska, 661 737 536, maja.nadala@lekkoatletykadlakazdego.pl

PROGRAM ZAWODÓW

Środa, 3.08.2016

do 20.00	Przyjazd ekip
21.00	Konferencja techniczna
do 22.00	Kolacja

Czwartek, 4.08.2016

07:00-09:30 Śniadanie						
Godzina	Biegi	Skoki			Rzuty	
09:30		w dal K el. A	tyczka K el. A i B		młot K el. A	
09:45						
10:00						
10:10	100 M (10-bój)(3)					
10:35	100 ppł K (7-bój)(3)				młot K el. B	
11:10		w dal M (10-bój)				
11:25	400 ppł K el. (3)					
11:35				wzwyż K (7-bój)		
11:50	400 ppł M el. (3)					
12:00					oszczep M el. A	
12:10	100 K el. (3)					
12:35	100 K PK					kula M (10-bój)
12:50	100 M el. (3)	w dal K el. B				
13:15	100 M PK				oszczep M el. B	
13:40	400 K el. (3)					
13:50				wzwyż M (10-bój)		kula K (7-bój)
14:00	400 K PK					
14:20	400 M el. (3)					
14:40	400 M PK					
13:00-15:00 Obiad						
Godzina	Biegi	Skoki			Rzuty	
15:00					młot M el. A	
15:40	200 K (7-bój) (3)					
15:50	400 M (10-bój) (3)	tyczka M el. A i B				
16:00	100 K F (A, B)					
16:10	100 M F (A, B)					
16:30 UROCZYSTE OTWARCIE OGÓLNOPOLSKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY						
17:20	800 K el. (2)		w dal M el. A		młot M el. B	kula K el.
17:35	800 M el. (2)					
17:50				wzwyż M el.		
18:05						
18:15	2000 K prz				oszczep K el. A	kula M el.
18:30			w dal M el. B			
18:35	3000 M F					
19:00	5000 K ch					
19:10					oszczep K el. B	
18:00-20:30 Kolacja						

Piątek, 5.08.2016

07:00-09:30							Śniadanie						
Godzina	Biegi		Skoki			Rzuty							
08.30											dysk K el. A		
09:00													
09.10											dysk K el. B		
09:30			w dal K (7-bój)										
09:50	110 ppł (10-bój)(3)								dysk M (10-bój)				
10:40					wzwyż K el.								
10:50	200 K el. (3)		trójskok K el. A						oszczep K (7-bój) A				
11:00													
11:20	200 M el. (3)												
11:40									oszczep K (7-bój) B				
12:00			trójskok K el. B										
12:20					Tyczka M (10-bój) A i B						dysk M el. A		
13.20			trójskok M el. A								dysk M el. B		
14.30			trójskok M el. B						oszczep M (10-bój)				
15.20									oszczep M (10-bój)				
13:00-15:00							Obiad						
Godzina	Biegi		Skoki			Rzuty							
15:50													
16:25	400 ppł K F (A, B)												
16.30									młot K F				
16:50	400 ppł M F (A, B)					wzwyż M F							
17:10	400 K F (A, B)									kula M F			
17:25	400 M F (A, B)				w dal K F								
17:40	800 K (7-bój)												
17.50									oszczep K F				
17:55	1500 M (10-bój)												
18:25	1500 K				w dal M F					kula K F			
18:45	1500 M												
19:05	2000 prz M								oszczep M F				
19:25	4X100 K												
19:35	4x100 M												
18:30-20:30							Kolacja						

Sobota, 6.08.2016

07:00-09:30						
Śniadanie						
Godzina	Biegi	Skoki			Rzuty	
09:00	10 000 M ch					
10:00		tyczka K F				
10:15	100 ppł (3)					
11:00	110 ppł (3)					
12:00-15:00						
Obiad						
Godzina	Biegi	Skoki			Rzuty	
14:00		tyczka M F			młot M F	
15:40						
16:00	800 K F (A, B)		trójskok K F		dysk M F	
16:15	800 M F (A, B)					
16:30	200 K F (A, B)					
16:45	200 M F (A, B)	wzwyż K F				
17:10	100 ppł F (A, B)		trójskok M F		dysk K F	
17:30	110 ppł F (A, B)					
17:55	3000 K F					
18:20	4 x 400 K					
18:30	4 x 400 M					
18:00-20:00						
Kolacja						