

## PROGRAM MINUTOWY

### INDYWIDUALNYCH MISTRZOSTW SZS W LEKKIEJ ATLETYCE W RAMACH POWIATOWYCH IGRZYSK MŁODZIEŻY SZKOLNEJ

USTRZYKI DOLNE, 22.09.2020 r.

godz. 10:00	otwarcie zawodów	
godz. 10:10	sztafety 4 x 100m dz.	
godz. 10:15	sztafety 4 x 100m chł.	
godz. 10:30	600m dz.	skok w dal dz. i chł.
godz. 10:45	1000m chł.	pchnięcie kulą dz. i chł.
godz. 11:00	100m dz.	
godz. 11:20	100m chł.	
godz. 11:40	300m dz.	
godz. 11:50	300m chł.	

\* w przypadku zgłoszenia do konkurencji innych jak powyższe, program skorygujemy z uwzględnieniem tych zgłoszeń

\* W zawodach uczestniczą zawodnicy zgłoszeni przez System Rejestracji Szkół (SRS)

\* Szatnie (na zasadzie przebieralni) znajdują się na trybunach. Za rzeczy pozostawione organizatorzy nie odpowiadają.

\* Rozgrzewkę wykonujemy na boisku bocznym.

\* Biegi na 100m - oraz pozostałe konkurencje biegowe - serie na czas.

\* Start w biegu długim (600m, 1000m ) wyklucza udział w biegu sztafetowym.

\* Konkurencje techniczne - po 3 próby

\* Dekoracje zawodników odbędą się pod 15 min zakończeniu ostatniej konkurencji zawodów (6 pierwszych osób dyplomy, 3 najlepsze - medale)

\* Komunikat końcowy będzie dostępny na stronie internetowej  
[http://www.sport.ustrzyki-dolne.pl/strona-3270-wyniki\\_aktualnosci\\_rok\\_szk\\_2020\\_2021.html](http://www.sport.ustrzyki-dolne.pl/strona-3270-wyniki_aktualnosci_rok_szk_2020_2021.html)