

MITING WAKACYJNY

Sosnowiec, dn. 17.07.2010r.

KOMUNIKAT ORGANIZACYJNY

ORGANIZATORZY:

- MKS-MOS „Płomień” Sosnowiec
- Śląski Związek Lekkiej Atletyki
- Urząd Miejski w Sosnowcu

TERMIN: 17 lipca 2010r. /sobota / godz. 16.30 (młot – godz. 15.30)

MIEJSCE: Stadion MOS Sosnowiec Al. Mireckiego 4 tel/fax 32 299 73 39

KONKURENCJE :

K 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 100 m ppł, 400mppł, w dal, trójskok, wzwyż, kula, dysk, młot, 2000 m przeszkody

M 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 110 m ppł, 400mppł, w dal, trójskok, wzwyż, kula, dysk, młot, 2000 m przeszkody

ZGŁOSZENIA: do dnia 15.07.2010r. na kartkach startowych

OPLATA: 8 zł osobo/start (15 zł w dniu zawodów)

UWAGI:

- Za ważność kart zdrowia odpowiada kierownik ekipy
- Zgodnie z art. 52 ust. o Kulturze Fizycznej z dn. 18.01.1996r. obowiązek ubezpieczenia zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków należy do klubów zgłaszających zawodników do mitingu
- W biegach obowiązują podwójne numery startowe
- Obowiązuje długość kolcy 6 mm
- Rozgrzewka na bocznym boisku
- W konkurencjach biegowych „bramka” na wysokości startu biegu na 200 m
- Ciężary sprzętu w rzutach dla seniorów, juniorów i juniorów mł.

PROGRAM ZAWODÓW

17.07.2010 r.

15.30				młot M
				młot K
16.30	400 m ppł K	w dal M	wzwyż K	
	400 m ppł M			
	100 m K			
	100 m M		wzwyż M	
	400 m K	w dal K		
	400 m M			dysk K
	200 m K		kula M	
	200 m M			
	800 m K	trójskok M		
	800 m M			dysk M
	1500 m K		kula K	
	1500 m M	trójskok K		
	110m ppł M			
	100m ppł K			
	2000 m przesk. M			
	2000 m przesk. K			