

MITING Z OKAZJI DNI SOSNOWCA - ZAWODY LIGOWE

KOMUNIKAT ORGANIZACYJNY

KIEROWNICTWO : POLSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI
ORGANIZATORZY :

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

TERMIN: 11 czerwiec 2011r. /sobota / godz. 15.00 (młot – godz. 13.30)

MIEJSCE: Stadion MOS Sosnowiec Al. Mireckiego 4 tel/fax 32 299 73 39
e-mail : mksmos1@wp.pl

KONKURENCJE :

K 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 5000m, 3000m przeszkody, 100mppł, 400mppł, w dal, trójskok, wzwyż, kula, dysk, młot

M 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000m, 5000m, 3000m przeszkody, 110mppł, 400mppł, w dal, trójskok, wzwyż, kula, dysk, młot

ZGŁOSZENIA: Obowiązuje wyłącznie system zgłoszeń elektronicznych
<http://www.domtel-sport.pl/zgloszenia/> do 9.06.2011r. godz. 15.00.

W dniu zawodów zmiany nie będą przyjmowane.

Kara regulaminowa za zmianę numeru startowego wg przepisów PZLA.

OPŁATA: 10 zł osobo/start

NAGRODY: dla 3 najlepszych zawodniczek i zawodników nagrody rzeczowe ufundowane przez organizatora

WSTĘPNY PROGRAM MINUTOWY ZAWODÓW
11.06.2011r.

13.30				młot M	
14.30				młot K	
15.00	400 m ppł K	trójskok K	kula K		
15.10	400 m ppł M				
15.20	100 m K el			dysk M	
15.40	100 m M el				
16.00	400 m K	trójskok M	kula M		
16.20	400 m M				
16.40	100 m K finał				
16.45	100 m M finał			dysk K	
16.55	1500 m K	w dal K			
17.05	1500 m M		wzwyż K		
17.20	110mppł M				
17.30	100mppł K				
17.40	800 m K				
18.00	800 m M	w dal M	wzwyż M		
18.20	200m K				
18.40	200m M				
19.00	3000mM				
19.15	5000m K				
19.35	5000 m M				
19.55	3000mprzeszk. K				
20.10	3000mprzeszk. M				

