

29.Mistrzostwa Polski Masters w Pięcioboju Klasycznym i Pięciobojach Rzutowych
6. Mistrzostwa Polski Lekarzy w Pięcioboju Klasycznym i Pięciobojach Rzutowych
6. Mistrzostwa Polski Masters w 3-boju Sprinterskim. Mityng Ia

Program zawodów

Godz.	Bieżnia	w dal	oszczep	Młot	Kula	Dysk	Oszczep	Ciężarek	Kula
7.30	Rozpoczęcie pracy sekretariatu		R4	R 5	R 1	R 3	R 2	R 6	R 7
8.15	Ważenie sprzętu								
8.50	Uroczyste otwarcie zawodów								
9.00				Młot M "A"					
10.00				Młot M "B"	Kula M "A"				
11.00				Młot M "C"	Kula M "B"	Dysk M "A"			
11.50	80m/100 m ppł								
12.00	60 m K+M (3-bój sprint.)	Gr.1 P.Kl..		Młot K	Kula M "C"	Dysk M "B"	Oszcz. M "A"		
12.25									
13.00	100 m K (3-bój sprint.+ Mityng)	Gr.2 P.Kl.	Gr.1 P.Kl..	Cięż. M A	Kula K	Dysk M "C"	Oszcz. M "B"		
13.10	100 m M (3-bój sprint.+ Mityng)								
14.00	200 m Gr 1 (P.kl.)		Gr.2 P.Kl.			Dysk K	Oszcz. M "C"	Cięż. M "B"	
14.15	200 m K + M (3-bój sprint.+ Mityng)								
14.30				5 bój cięż.					
15.00	Dekoracje wieloboju „A”					Gr.1 P.Kl..	Oszczep K	Cięż.M "C"	
15.00	200 m Gr 2. PKL.								
15.20	5000 m K + M (Mityng)								
15.30									4 bój cięż.
15.45	800 m Gr. 1 P.Kl. + K								
16.00	1500 M Gr 1 P.Kl.				Cięż. K	Gr.2 P.Kl.			
16.15								3 bój cięż.	
17.00	1500 m Gr 2 P.Kl.								
17.15	Dekoracje Pięcioboju Klasycznego								
17.20	Dekoracje wieloboju ciężarkowego („B”) – 25 minut po jego zakończeniu.								

R1 - rz. Kula przy starcie na 100 m.
R5 - rz. z klatka boisko górne

R2 - rz. oszczepu
R6 - rz.boisko górne przy boisku piłkarskim

R3 - rz. do dysku boisko dolne

R4 - dodatkowa rzutnia do oszczepu boisko dolne
R7-kula przy kole z siatką

M "A"	M35-60
M "B "	M 65 - 70
M "C "	M 75 - 80
K	
Gr.1 P.Kl.	K+M60-70

Pięciobój rzutowy

Pięciobój klasyczny

5-bój cięż.	M35-55
4-bój cięż.	M60-65
3-bój cięż.	M70+

