

MPM	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8
	PLYTA DOLNA	PLYTA DOLNA	PLYTA DOLNA	PLYTA DOLNA	PLYTA DOLNA	PLYTA GÓRNA	PLYTA GÓRNA	PLYTA GÓRNA
17.05.2025 SOBOTA	od 7.30 praca sekretariatu zawodów							
Otwarcie	od 8.00 ważenie sprzętu							
	otwarcie zawodów 8.45							
9.00	SHOTO K/ 7		ANTYK M 50-55/ 8			SHOTO M 70+/ 12	SHOCKO M 60-65/ 8	SHOTO M 35-45/ 9
10.00		SLIGBALL M 50-55/ 8						
10.30			ANTYK M 60-65/ 12				SZKOT K/ 10	
11.00				GRANAT M 50-55/ 7				
11.15								SHOCKO M 35-45/ 7
11.30		SLINGBALL K 35-55/10	ANTYK M 70-75/ 11	GRANAT K 60+/ 8		SHOTO M 50-55/ 6	SZKOT M 60-65/ 10	
11.50								
12.15			ANTYK M 80/ 4					
12.30		SLINGBALL M 60-65/ 12		GRANAT M 70+/ 12	CEGŁA K/ 8		SZKOT M 35-45/ 8	
12.45								
13.00								
13.20			SHOKO M 70-75/ 9		CEGŁA M 60-65/ 10	SHOCKO M 80+/ 5	SZKOT M 50-55/ 7	SHOCKO K 60+/ 5
13.45		SLINGBALL M 35-45/ 8		GRANAT K 35-55/ 8				
14.00						SHOTO M 60-65/ 8	SZKOT M 75+/ 9	
14.15					CEGŁA M 70/ 7			
14.30	CIEŻAR 25,4KG	SLINGBALL K 60+/ 8		GRANAT M 35-45/ 9				SHOCKO K 35-55/ 7
15.00					CEGŁA M 50 - 55/ 7		SZKOT M 70/ 7	
15.15			ANTYK M 35-45/ 9					
15.30		SLINGBALL M 70/ 6		GRANAT M 60-65/ 10			SPEERO M 60-65/9	SHOCKO M 50-55/8
15.40					CEGŁA M 35-45/ 8			
15.50		SLINGBALL M 75+/ 8				ANTYK K/ 8		
16.00			SPEERO M 35-55/ 11		CEGŁA M 75+/ 7			
16.30		SPEERO M 70+/ 8		SPEERO K/ 5				

Legenda:

SHOTORAMA - pięciobój w pchnięciach kulami z miejsca

SHOCKORAMA - trójbój w rzutach kulami sposobem dyskowym z miejsca

SPEERORAMA - trójbój w rzutach kulami sposobem oszczepniczym z miejsca

SLINGBALL - rzut piłką lekarską na pętli

CIEŻAR - rzut ciężarkiem 25,4 kg jednakowym dla wszystkich kategorii (M)

ANTYK - rzut ciężkim dyskiem z miejsca

GRANAT - rzut granatem sportowym

SZKOT - rzut młotem szkockim

CEGŁA - rzut metalową kostką