

PROGRAM CZWARTKÓW LA W PUSZCZYKOWIE 01.10.2025

	2011-2012	2013	2014	2015-2016	2017- 2018	2019 i młodsi
17.00	W dal/ kula	W dal/ kula				300m
17.10				p. palantowa	300m	
17.15			p. palantowa			60 m
17.20	p. palantowa	p. palantowa	W dal		60 m	
17.30				60 m		
17.40			60 m		W dal	p.palantowa
17.50		60 m			p.palantowa	W dal
18.00	60 m			W dal		
18.10	600m K	600m K	600m K	600m K	600 m K i M	600m K i M
18.20	1000m M	1000m M	1000m M	1000m M		
18.30	300m	300m	300m	300 m		

Wszystkie dzieci mogą startować w każdym zawodach maksymalnie w dwóch konkurencjach – jedna biegowa, jedna techniczna.

Konkurencje biegowe – 60m, 300m, 600m (dziewczęta i chłopcy 2017 i młodsi), 1000m (chłopcy)

Konkurencje techniczne – skok w dal, rzut piłeczką, pchnięcie kulą*.

*tylko dla rocznika 2011-2013 kula 2 kg dz, 3 kg chł