

PROGRAM MINUTOWY XIX GRAND PRIX SOPOTU im. JANUSZA SIDŁY

SOPOT 28. 07. 2016

17,00	SKOK WZWYŻ, RZUT DYSKIEM	
17,05	OTWARCIE ZAWODÓW	
17,10	400ppł. K	
17,25	100m K (2 BIEGI)	
17,40	100m M	
17,50	400m K	
17,55	PCHNIĘCIE KULĄ	
18,05	100m K FINAŁ	TRÓJSKOK K+M
18,20	200m M	
18,30	800m DZIEWCZĄT EAC	
18,40	800m CHŁOPCÓW EAC	RZUT OSZCZEPEM K+M
18,45	DEKORACJA BIEGÓW DŻ. i CHŁ. - EAC	
19.00	1000m K „BURSZTYNOWA MILA”	
19,20	ew. BIEG DODATKOWY 100m M (PK)	

UWAGA;

- prezentacja najlepszych: zawodniczka/zawodnik bezpośrednio po starcie na podium.

- wyprowadzenie do konkurencji biegowych 15 min. przed startem, do konkurencji technicznych 25 min. przed startem.

- kontrola sprzętu w rzutach 1,5 godziny przed startem przy wejściu na płytę boiska.

- pierwsza wysokość w skoku wzwyż = 200 cm.