

Program minutowy
Mityng Lekkoatletyczny im. Jana Dery
Tychy 21.08.2022

15:00	Uroczyste otwarcie zawodów		
15:15	80 m ppł. K	w dal M	kula K
15:30	60 m K		
15:45	60 m M		
15:55	100 m K		kula M
16:15	100 m M		
16:30	400 m ppł. K		
16:35	400 m K	w dal K	
16:45	400 m M		
16:50	800 m K		
17:00	800 m M		
17:15	200 m K		
17:30	200 m M		
17:50	600 m K		
18:00	600 m M	trójskok K + M	
18:10	1000 m K		
18:20	1000 m M		
18:35	300 m K		
18:55	300 m M		
19:15	3000 m K		
19:30	5000 m M		

Bramka zawodnicza – w okolicach startu na 200 m. Zbiórka zawodników - najpóźniej 20' przed konkurencjami biegowymi na bramce. W konkurencjach technicznych w miejscu rozgrywania – 20' przed rozpoczęciem.

Zawodnicy muszą posiadać po dwa numery, z wyjątkiem skoków (po jednym numerze).

Ważenie sprzętu w godz. 14.00 – 15.00.

Odległość belki w trójskoku:

kobiety: 9 m, 11 m

mężczyźni: 11 m, 13 m