



## Mistrzostwa Woj. Warm.-Maz. LZS (U14, U16) 2023. Mityng LA LUBAWA, 14.05.2023

BIEGI		serie UWAGI		SKOKI		RZUTY	
				11.45	W dal strefa K U14	11.45	Kula K U14 (2kg) /12/
12.00	400 płołki M	1			/GRUPA 1-23/skocznia 2	12.00	Oszczep M (800) /2/
12.05	300m pł K U16	1		11.45	Trójskok K /3/	12.00	Oszczep M U16 (600) /3/
12.07	300m pł K M16	1		11.45	Trójskok M /1/	12.00	Oszczep M U14 (500) /6/
12.20	80pł K U16	1		11.45	Wieloskok K U16 /4/		
12.35	100m K Mityng	3	8q	11.45	Wieloskok M U16 /3/		
12.41	100m M Mityng	3	8q		skocznia 1		
12.47	100m K U16	4	4xQ+4q				
12.55	100m M U16	2	2x3Q+2q	12.45	W dal strefa K U14	12.30	Kula K (4kg) /1/
13.00	100m K U14	11	8q		GRUPA 2 /20/	12.30	Kula K U18 (3kg) /3/
13.25	100m M U14	2	2x3Q+2q	12.45	Wzwyż M U14 /5/	12.30	Kula K U16 (3kg) /4/
13.32	800m K	1		12.45	W dal M /5/	12.30	Kula M (7.26kg) /1/
13.36	800m M	1		12.45	W dal M U16 /5/	12.30	Kula M U20 (6kg) /1/
13.40	400m K	3		13.15	Wzwyż K /1/		
13.46	400m M	1		13.15	Wzwyż K U16 /6/	13.10	Oszczep K (600) /1/
13.55	100m K Mityng FINAŁ	1		13.45	W dal strefa K U14	13.10	Oszczep K U18 (500) /4/
14.00	100m M Mityng FINAŁ	1			GRUPA 3 /23/ skocznia 2	13.10	Oszczep K U16 (500) /7/
14.05	100m K LZS U16 FINAŁ	1		14.00	Wzwyż K U14 /14/	13.10	Oszczep K U14 (400) /10/
14.10	100m M LZS U16 FINAŁ	1					
14.15	100m K LZS U14 FINAŁ	1		14.00	W dal K /3/	13.30	Kula M U18 (5kg) /3/
14.20	100m M LZS U14 FINAŁ	1		14.00	W dal K U16 /11/	13.30	Kula M U16 (5kg) /4/
14.25	1000m K U16	1			skocznia 1	13.30	Kula M U14 (4kg) /5/
14.30	1000m K U14	1					
14.36	1000m M U14+U16	1					
14.41	600m K U16	1					
14.45	600m K U14	3		14.45	W dal strefa M U14 /16/		
14.55	600m M U16+U14	1			skocznia 2		
15.05	300m K U16	3					

15.15	300m M U16	2	
15.20	300m K U14	11	
15.45	300m M U14	3	
15.55	200m K	3	
16.03	200m M	3	
16.15	4x100 K U16	2	
16.20	4x100 K U14	3	
16.26	4x100 M U14	1	
16.30	4x100 M U16	1	

## Zasady rozgrywania poszczególnych konkurencji

**100m K i M mityng** - eliminacje oraz Finał – awans 8q (8 najlepszych czasów)

**100m K U16 Mistrzostwa LZS** - eliminacje (4 serie) oraz Finał – awans 4Q - zwycięzcy serii + 4q (4 najlepsze czasy)

**100m M U16 Mistrzostwa LZS** eliminacje (2 serie) oraz Finał – awans 2 x 3Q – trzy pierwsze miejsca w seriach + 2 q (2 najlepsze czasy)

**100m K U14 Mistrzostwa LZS** - eliminacje (10 serii) oraz Finał – awans 8q (8 najlepszych czasów)

**100m M U14 Mistrzostwa LZS** - eliminacje (2 serie) oraz Finał – awans 8q (8 najlepszych czasów)

### **Konkurencje biegowe – rozstawienia w seriach**

- w pierwszej kolejności – najlepszy wynik w sezonie 2023,
- w drugiej kolejności - rekord życiowy

**Skok w dal DZ i CH U14** – wszyscy 3 próby

**W dal, wieloskok U16 + W dal, Trójskok Mityng** – 3 próby eliminacyjne + 3 próby finałowe

**Kula DZ U14, U16 + Kula Mityng** – 3 próby eliminacyjne + 3 próby finałowe

**Oszczep DZ U14, U16 + Oszczep Mityng** – 3 próby eliminacyjne + 3 próby finałowe



[www.pzla.pl](http://www.pzla.pl)



[www.pknorlen.pl](http://www.pknorlen.pl)