



AKADEMICKIE MISTRZOSTWA POLSKI

2019/2020



AKADEMICKIE MISTRZOSTWA POLSKI
W LEKKIEJ ATLETYCE
Łódź, 13-16.09.2020
Stadion AZS Łódź, ul. Lumumby 22/26
PROJEKT PROGRAMU MINUTOWEGO

14 września 2020 (poniedziałek)

Sesja poranna

10:00						oszczep K el. gr. A	
10:10				skok wzwyż K el. gr. A	skok wzwyż K el. gr. B		
11:00	1500 m K, serie 3-4						
11:20	1500 m M, serie 3-6						
11:35						oszczep K el. gr. B	
11:50	400 m K, serie 6-10						
12:20	400 m M, serie 6-9						
12:45						oszczep M el. gr. A	
12:50				skok wzwyż M el. gr. A	skok wzwyż M el. gr. B		
13:45						oszczep M el. gr. B	

Sesja popołudniowa

14:40	100 m ppt K el.						
15:00	110 m ppt M el.	skok w dal K el. gr. A	skok w dal K el. gr. B				
15:30	UROCZYSTE OTWARCIE AMP						
15:40	100 m ppt K finał						
16:00	110 m ppt M finał						
16:20	400 m K, serie 1-5						
16:50	400 m M, serie 1-5						
17:20		skok w dal M el. A	skok w dal M el. B				
17:25	1500 m K, serie 1-2						
17:35	1500 m M, serie 1-2						

17:55						kula M el. gr. A	kula M el. gr. B
18:00	4x100 m K						
18:25	4x100 m M						

15 września 2020 (wtorek)

Sesja poranna

10:30		trójskok M el. gr. A	trójskok M el. gr. B			dysk M el. gr. A	
11:00	100 m K el.						
11:30						dysk M el. gr. B	
11:55	100 m M el.						
12:00		trójskok K el. gr. A	trójskok K el. gr. B				
12:40						dysk K el. gr. A	
12:45	800 m K, serie 5-10						
12:50							
13:30	800 m M, serie 5-6					dysk K el. gr. B	

Sesja popołudniowa

14:00					skok wzwyż K finał		
15:00				skok o tyczce K+M finał			oszczep K finał
15:10		skok w dal K finał					
15:20						kula K finał	
16:25					skok wzwyż M finał		
16:30	400 m ppł K						
17:00	400 m ppł M						
17:05		skok w dal M finał					oszczep M finał
17:10						kula M finał	
17:35	800 m K, serie 1-4						
18:00	800 m M, serie 1-4						
18:30	100 m K finał						
18:40	100 m M finał						

16 września 2020 (środa)

11:00						dysk K finał	
12:30						dysk M finał	
13:00	200 m K						
13:15		trójskok M finał					
13:50	200 m M						
14:15						młot K finał	
15:00		trójskok K finał					
16:15						młot M finał	
16:40	4x400 m K						
17:10	4x400 m M						

Uwaga! Przedstawiony program może ulec zmianie. Ostateczny program minutowy zawodów zostanie opublikowany w niedzielę, 13.09.2020 po weryfikacji zgłoszonych zawodników.