

Program Minutowy Zawodów
III edycja Puchar Polski Juniorów Młodszych U14/ U16
w Pięcioboju Nowoczesnym

Piątek 26.04.2024 r. - przyjazd klubów

Sobota 27.04.2024 r. – 1 dzień zawodów

12:00 - Konferencja Techniczna OPO Cetniewo 84 -120 Władysławowo
ul. Żeromskiego 52, hala sportowa duża (po prawej stronie głównego wejścia).

❖ Strzelanie OPO Cetniewo – hala sportowa duża (po prawej stronie głównego wejścia do COS Cetniewo).

12:30 - Strzelanie 3-bój, I seria dziewcząt.

13:00 - Strzelanie 3-bój, II seria dziewcząt i chłopców.

13:40 - Strzelanie 3-bój, III seria chłopców.

❖ Pływanie OPO Cetniewo – 25 m, 6 torów, pomiar czasu ręczny.
Orientacyjny czas rozgrzewki i startu.

14:30 - 2 bój, rozgrzewka dziewcząt (serie 1-10).

14:50 - 2 bój, start 1 serii dziewcząt, (serie 1-10).

15:20 - 2 bój, rozgrzewka dziewcząt (serie 11-19).

15:40 - 2 bój, start 11 serii dziewcząt, (serie 11-19).

16:10 - 2 bój, rozgrzewka chłopców (serie 1-10).

16:30 – 2 bój, start 1 serii chłopców (serie 1-10).

17:00 – 2 bój, rozgrzewka chłopców (serie 11-20).

17:20 – 2 bój, start 11 serii chłopców (serie 11-20)

17:50 – 3 bój, rozgrzewka dziewcząt i chłopców

18:10 – 3 bój start I serii dziewcząt, następnie chłopców.

Niedziela 28.04.2024 r. – 2 dzień zawodów.

❖ Bieg – stadion la., bieżnia tartanowa 400 m.

9:00 - Rozgrzewka

9:30 - Bieg **2-bój**, start I serii dziewcząt po dziewczętach chłopcy.

Bieg po bieżni tartanowej, (start w seriach).

10:30 - Bieg **3-bój**, start dziewcząt, po zakończeniu wyścigów dziewcząt starują chłopcy.

Bieg po bieżni tartanowej, murawie, kostce betonowej, (start handicapem).

Uroczyste zakończenie zawodów, 15 minut po zakończeniu ostatniego biegu.

