



53. Paralekkoatletyczne Mistrzostwa Polski - Włocławek 2025

Program minutowy (projekt)

Piątek, 4.07.2025

zgłoszenie	wyprowadzenie	START	Biegi	Skoki	Klatka	Rzuty siedzące	Rzuty stojące	START
10:40	10:50	11:00			maczuga M F31-32/51			11:00
10:43	10:53	11:03				kula K F52-57		11:03
11:00	11:10	11:40					kula M F11-13/20	11:40
12:20	12:30	12:40			maczuga K F31-32/51			12:40
12:30	12:40	12:50				kula M F34		12:50
13:25	13:35	13:45			dysk M F32-33			13:45
		14:45	CEREMONIA OTWARCIA ZAWODÓW					
14:40	14:52	15:00	400m M T20 Seria 1					15:00
14:44	14:54	15:04				kula K F32-34		15:04
14:26	14:36	15:06					kula K F11-13/20/40-46/61-64	15:06
14:50	15:02	15:10	400m M T20 Seria 2					15:10
15:00	15:12	15:20	400m M T11-13/42-47/61-64					15:20
15:10	15:22	15:30	400m K 11-13/20/37-38/45-47					15:30
14:50	15:00	15:30		w dal K T11-13/20/36-38/42-47/61-64				15:30
14:55	15:05	15:35			dysk M F35-37			15:35
15:20	15:32	15:40	400m M T35-38					15:40
15:30	15:42	15:50	400m M T71					15:50
15:40	15:52	16:00	400m M T72					16:00
15:20	15:30	16:00					kula M F42-46/61-64	16:00
15:50	16:02	16:10	400m K T71-72					16:10
16:03	16:15	16:23	400m M+K T53/54					16:23
15:50	16:00	16:30		w dal M T11-13/20/36-38/42-47/61-64				16:30
16:35	16:45	16:55				kula M F33		16:55
16:50	17:00	17:30			dysk K F35-38			17:30

Sobota, 5.07.2025

zgłoszenie	wyprowadzenie	START	Biegi	skoki / rzuty siedzące (B)	Klatka	Rzuty siedzące (A)	Rzuty stojące	START
09:50	10:00	10:30			dysk M F11-13/38/40-46/61-64			10:30
10:15	10:25	10:35				oszczep M F33-34		10:35
10:40	10:50	11:00		oszczep M F52-57				11:00
11:00	11:10	11:40			dysk K F11-13/40-46/61-64			11:40
11:25	11:35	12:05				oszczep M F37		12:05
12:10	12:20	12:30			dysk K F52-57			12:30
13:10	13:10	13:30			dysk M F51-54			13:30
15:38	15:50	15:58				kula M F54-55		15:58
15:20	15:30	16:00					oszczep M F35-36/40-41 + F11-13/38/42-46/61-64	16:00
15:45	15:57	16:05	100m K T11-13/42-47/61-64					16:05
15:50	16:00	16:10			dysk K F32-34			16:10
15:53	16:05	16:13	100m M T11-13					16:13
16:01	16:13	16:21	100m K T35-36 + 100m K T37-38					16:21
16:17	16:29	16:37	100m M T35/36/38					16:37
16:25	16:37	16:45	100m M T37					16:45
16:33	16:45	16:53	100m M T42-47/61-64					16:53
16:18	16:28	16:58		skok wzwyż M T42-47/63-64				16:58
16:41	16:53	17:01	100m K+M T33-34/53-54					17:01
16:49	17:01	17:09	100m K T71					17:09
16:58	17:10	17:18	100m K T72					17:18
16:40	16:50	17:20					kula M F37-38	17:20
17:06	17:18	17:26	100m M T71					17:26
17:14	17:26	17:34	100m M T72					17:34
17:20	17:30	17:40			dysk M F56-57			17:40
17:30	17:42	17:50	800m K T71-72					17:50
17:40	17:52	18:00	800m M T71-72					18:00
17:50	18:02	18:10	1500m K T11-13/20					18:10
18:00	18:12	18:20	1500m M T11-13/20/37-38/45-46					18:20
18:10	18:22	18:30	1500m K T53-54					18:30
18:20	18:32	18:40	1500m M T53-54					18:40
18:35	18:47	18:55	4 x 100 Mix					18:55

Niedziela, 6.07.2025

zgłoszenie	wyprowadzenie	START	Biegi	Klatka	Rzuty siedzące	Oszczep	Kula stojąca	START
09:10	09:20	09:30	800m K T33-34/53-54	dysk M F34				9:30
09:12	09:22	09:32			kula M F32/52-53			9:32
09:15	09:25	09:35				oszczep K F33-34/52-57		9:35
08:58	09:08	09:38	800m M T33-34/53-54				kula K F35-38	9:38
09:20	10:00	10:00	5000m T53-54					10:00
09:30	10:10	10:10						10:10
10:10	10:22	10:30	5000m M T11-13					10:30
10:40	10:52	11:00	200m K T11-13/42-47/61-64					11:00
10:45	10:55	11:05			kula M F56-57			11:05
10:50	11:02	11:10	200m K T35-38					11:10
11:00	11:12	11:20	200m M T11-13/42-47/61-64					11:20
10:50	11:00	11:30				oszczep K F11-13/35-38/40-46/61-64		11:30
10:53	11:03	11:33					kula M F35-36/40-41	11:33
11:16	11:26	11:36		dysk M F55				11:36
11:20	11:32	11:40	200m M T35-38					11:40
11:30	11:42	11:50	200m K T32-34/51-54					11:50
11:40	11:52	12:00	200m M T32-34/51-54					12:00
11:50	12:02	12:10	200m M T71-72					12:10
12:00	12:12	12:20	200m K T71-72					12:20
12:40	12:52	13:00						13:00