**Družstvo mužů Atletického klubu AC Mladá Boleslav**

# Zpravodaj č. 5/2018

**Chlapci,**

**16.9.2018 proběhne baráž o udržení v I.NL mužů a žen v Pacově. Doufáme že k tomuto závodu přistoupíte co nejzodpovědněji a nastoupíme v co nejsilnější sestavě,abychom zachovali na příští rok účast v I.NL!!!!**

**Disciplíny mě hlašte do 14.9.2018 do 12:00 hod.**

**Vše zasílejte na email:** **vrhaci.cenda@seznam.cz** **nebo volat na mobil 724 510 243 (Čenda)nebo osobně na stadionu(Láďa nebo Čenda).**

**Zpravodaj naleznete také na informační stránce atletů AC Mladá Boleslav –** [**www.atletikamb.cz**](http://www.atletikamb.cz)**. a na nástěnce v tribuně.**

**PŘEDBĚŽNÝ ODJEZD BUDE V 7:00 HOD. OD ÚSTŘEDNÍHO STADIONU**

**Těšíme se na to že nastoupíme v nejsilnější sestavě a zachováme si účast v I.NL i s děvčaty.( dáme jim na pr…)**

**Předem děkují za spolupráci Láďa Koudelka a Čenda Kočí**

 **ČASOVÝ POŘAD**

|  |  |
| --- | --- |
| **10:30** | **tyč Ž dálka M kladivo 7,26kg M oštěp 600g Ž chůze 5000m M**  |
| **11:15** | **100 m Ž Rozběh**  |
| **11:30** | **100 m M Rozběh výška M**  |
| **11:45** | **800 m Ž Finále**  |
| **12:00** | **800 m M Finále dálka Ž kladivo 4kg Ž oštěp 800g M**  |
| **12:15** | **100 m př. Ž Finále**  |
| **12:30** | **110 m př. M Finále**  |
| **12:45** | **100 m Ž Finále**  |
| **13:00** | **100 m M Finále**  |
| **13:15** | **400 m Ž Finále výška Ž tyč M**  |
| **13:30** | **400 m M Finále trojskok M koule 7,26kg M disk 1kg Ž**  |
| **13:45** | **5000 m Ž Finále**  |
| **14:15** | **5000 m M Finále**  |
| **14:45** | **400 m př. Ž Finále**  |
| **15:00** | **400 m př. M Finále trojskok Ž koule 4kg Ž disk 2kg M**  |
| **15:15** | **200 m Ž Finále**  |
| **15:30** | **200 m M Finále**  |
| **15:45** | **1500 m Ž Finále**  |
| **16:00** | **1500 m M Finále**  |
| **16:15** | **4x100 m Ž Finále**  |
| **16:30** | **4x100 m M Finále**  |
| **16:45** | **4x400 m Ž Finále**  |
| **17:00** | **4x400 m M Finále**  |