



Lekkoatletyka na 23. Igrzyskach lekarskich

Królowa sportu wraca na nadmorski stadion lekkoatletyczny, oferując pełen wachlarz emocji od sprintów po techniczne rzuty i skoki. To tutaj możesz sprawdzić granice swojej szybkości, skoczności oraz siły w klasycznych konkurencjach olimpijskich. Poczuj magię tartanowej bieżni i daj się ponieść głośnemu dopingowi zgromadzonej publiczności. Wybierz swoją koronną konkurencję i sięgnij po lekkoatletyczny triumf!

Miejsce: stadion lekkoatletyczny, rzutnia lekkoatletyczna [COS Cetniewo](#)

Termin: 27-29.08.2026 r. (czwartek-sobota)

Kategorie: kobiety, mężczyźni, studenci, osoby towarzyszące

Kategorie wiekowe: A (do 35 r.ż.), B (36-45 r.ż.), C (46-55 r.ż.), D (56-65 r.ż.), E (66-70 r.ż.), F (powyżej 70 r.ż.)

Dyscypliny:

- biegi: 100 m, 200 m, 400 m, 1500 m, 5000 m (Panowie), 3000 m (Panie), sztafeta 4x100 m
- pchnięcie kulą
- skok w dal
- skok wzwyż
- rzut oszczepem
- rzut dyskiem
- rzut ciężarkiem

Wejście na płytę stadionu wyłącznie po okazaniu identyfikatora Igrzysk. Zakaz wstępu z wózkami dziecięcymi.

Opiekun dyscypliny: Konrad Bońda, Piotr Trzebicki, Katarzyna Boćkowska

Harmonogram godzinowy

Uwaga! możliwe drobne korekty w trakcie trwania igrzysk.

CZWARTEK - 27 sierpnia 2026 roku

- rzut dyskiem, zbiórka uczestników na Rzutni lekkoatletycznej, mapa poz. 10

- **11⁰⁰ - 12⁰⁰** - kobiety ABCDEF, S i OT,
- **12⁰⁰ - 13⁰⁰** - mężczyźni CDEF,
- **13⁰⁰ - 14⁰⁰** - mężczyźni AB, S, OT.

- skok w dal dzieci – **12.00**, zbiórka przy wejściu na Stadion lekkoatletyczny, mapa poz. 2
- biegi 200m, zbiórka Stadion lekkoatletyczny, mapa poz. 2

- **14⁰⁰** – Biegi 200 m – mężczyźni CDEF,
- **14³⁰** – Biegi 200 m – mężczyźni AB, S, OT,
- **15³⁰** – Biegi 200 m – kobiety ABCDEF, S i OT,

- bieg 3000 m kobiety – **16⁰⁰**, zbiórka Stadion lekkoatletyczny, mapa poz. 2
- bieg 5000m mężczyźni – **16³⁰**, zbiórka Stadion lekkoatletyczny, mapa poz. 2
- skok w dal zbiórka przy wejściu na Stadion lekkoatletyczny, mapa poz. 2

- **14⁰⁰ – 15⁰⁰** – kobiety ABCDEF, S i OT,
- **15⁰⁰ – 16⁰⁰** – mężczyźni CDEF,
- **16⁰⁰ – 17⁰⁰** – mężczyźni AB, S, OT.

PIĄTEK – 28 sierpnia 2026 roku

- rzut oszczepem, zbiórka uczestników na Rzutni lekkoatletycznej, mapa poz. 10

- **10⁰⁰ – 11⁰⁰** – kobiety ABCDEF, S i OT,
- **11⁰⁰ – 12⁰⁰** – mężczyźni CDEF,
- **12⁰⁰ – 13⁰⁰** – mężczyźni AB, S, OT.

- bieg 60 m dzieci – **10³⁰ – 11⁰⁰**, zbiórka Stadion lekkoatletyczny, mapa poz. 2
- biegi 100m, zbiórka Stadion lekkoatletyczny, mapa poz. 2

- **11⁰⁰ – 12⁰⁰** – Bieg 100 m – kobiety ABCDEF, S i OT,
- **12⁰⁰ – 13⁰⁰** – Bieg 100 m – mężczyźni CDEF,
- **13⁰⁰ – 13³⁰** – Bieg 100 m – mężczyźni AB, S, OT,

- bieg 1500m, zbiórka Stadion lekkoatletyczny, mapa poz. 2

- **13³⁰ – 14⁰⁰** – Bieg 1500 m – kobiety ABCDEF, S i OT,
- **14⁰⁰ – 15⁰⁰** – Bieg 1500 m – mężczyźni ABCDEF, S i OT.

- pchnięcie kulą, zbiórka uczestników na Rzutni lekkoatletycznej, mapa poz. 10

- **14⁰⁰ – 15⁰⁰** – kobiety ABCDEF, S i OT,
- **15⁰⁰ – 16⁰⁰** – mężczyźni CDEF,
- **16⁰⁰ – 17⁰⁰** – mężczyźni AB, S, OT.

SOBOTA – 29 sierpnia 2026 roku

- rzut ciężarkiem, zbiórka uczestników na Rzutni lekkoatletycznej, mapa poz. 10

- **10⁰⁰ – 11⁰⁰** – kobiety ABCDEF, S i OT,
- **11⁰⁰ – 12⁰⁰** – mężczyźni CDEF,
- **12⁰⁰ – 13⁰⁰** – mężczyźni AB, S, OT.

- biegi 400m, zbiórka Stadion lekkoatletyczny, mapa poz. 2

- **11⁰⁰ - 12⁰⁰** - Bieg 400 m - kobiety ABCDEF, S i OT,
- **12⁰⁰ - 13⁰⁰** - Bieg 400 m - mężczyźni ABCDEF, S i OT,

- sztafeta 4x100m **14³⁰ - 15³⁰**, zbiórka Stadion lekkoatletyczny, mapa poz. 2

- skok wzwyż - , zbiórka Stadion lekkoatletyczny, mapa poz. 2

- **11³⁰ - 12³⁰** - kobiety ABCDEF, S i OT,
- **12³⁰ - 13³⁰** - mężczyźni CDEF,
- **13³⁰ - 14³⁰** - mężczyźni AB, S, OT.

- dzieci rzut piłeczką - **13³⁰**, zbiórka uczestników na Rzutni lekkoatletycznej, mapa poz. 10

OBOWIĄZUJE OD IL '2026

TABELA WAGI SPRZĘTU - MĘŻCZYŻNI

Kategoria	Oszczep	Kula	Dysk	Ciężarek
A, student	800 g	7,26 kg	2 kg	11,34 kg
B	800 g	7,26 kg	2 kg	11,34 kg
C	700g/model 2025	6 kg	1,5 kg	9 kg
D	700g/model 2025	5 kg	1,5 kg	9 kg
E	600 g	4 kg	1 kg	7,26 kg
F	500 g	3 kg	1 kg	5 kg
OT	700g	5 kg	1,5 kg	9 kg

TABELA WAGI SPRZĘTU - KOBIETY

Kategoria	Oszczep	Kula	Dysk	Ciężarek
A, student	600 g	4 kg	1 kg	7,26 kg
B	600 g	4 kg	1 kg	7,26 kg
C	600 g	4 kg	1 kg	7,26 kg
D	500 g	3 kg	1 kg	5 kg
E	500 g	3 kg	1 kg	5 kg
F	500 g	3 kg	1 kg	5 kg
OT	500 g	3 kg	1 kg	5 kg

