



Warszawa, 11 maja 2018 r.

Lekka atletyka - Komunikat nr 2

12.05.2018

PROGRAM MINUTOWY

godzina	biegi	skoki	skoki	rzuty	skoki	rzuty
15.00	400ppł K	tyczka M		oszczep K	w dal M	kula K 4/3kg
15.10	400ppł M				w dal M	
15.25	200 K do wieloboju					
15.35	100 K - AZS					
15.45	100 M - AZS					
15.55	100 K		wzwyż M		w dal M - AZS	
16.15						Kula K - AZS
16.25	100 M			oszczep K - AZS		
16.50	400 M do wieloboju				w dal K młodzik	kula M 5kg
17.05	100 K Finał A,B,C,D				w dal K - AZS	
17.20	100 M Finał A,B,C,D			oszczep M	w dal K	
17.35	80 ppł mł					
17.45	300 K					
18.05	300 M					Kula M 7.26/ 6kg
18.25	80 ppł mł. Finał			oszczep M - AZS		
18.35	400 K					
18.45	400 M					Kula M 7.26 - AZS
19.00	400 K - AZS					
19.05	400 M - AZS					
19.15	1500 K - AZS					
19.25	1500 M - AZS					
19.35	1000 K					
19.40	1000 M					
19.50	1500 prz K					
20.00	2000 prz M					



13.05.2018					
godzina	biegi	skoki	skoki	skoki	rzuty
15.00	1500 M do wieloboju	tyczka K	wzwyż K	3-skok K	dysk K
15.10	100ppł K				
15.20	110ppł M				
15.35	200 K				
15.40				3-skok M	
15.55	200 M				
16.25	100ppł K Finał				dysk K - AZS
16.35	110ppł M Finał				
16.45	200 K - AZS			3-skok M - AZS	dysk M
16.55	200 M - AZS				
17.05	800 K - AZS				
17.15	800 M - AZS				
17.25	600 K				
17.40	600 M				dysk M - AZS
17.55	3000 M - AZS				
18.05	3000 K				
18.15	3000 M				
18.25	4x100 K - AZS				
18.35	4x100 M - AZS				
18.45	4x100 K				
18.55	4x100 M				

100m K/M Finał – A w.g. czasów AZS
 Finał – B, C, D w.g. czasów Mityng
 AZS - skok w dal, 3-skok, rzuty - po 4 próby
 skok w dal - konkursy na dwóch skoczniach