

**PROGRAM MINUTOWY**  
**1 dzień 29.07.2014**

10.00	100 pł K/7 bój				
10.15	100 m M/10 bój				
10.30	100 m K PK				
10.40	100 m M PK				
10.45		Wzwyż K/7 bój			
10.50	400 m K PK				
11.00			W dal M/10 bój		
11.05	400 m M PK				
12.30				Kula M/10 bój	
16.30	<b>OTWARCIE MISTRZOSTW</b>				
16.45	400 pł K el.				Oszczep M F
17.00	400 pł M el.		Trójskok K F		
17.15	800 m K el.				
17.30	800 m M el.	Wzwyż M/10 bój		Kula K/7 bój	
17.45	100 m K el.				
18.00	100 m M el.				
18.20	400 m K el.				
18.35	400 m M el.		Trójskok M F	Kula K F	Oszczep K F
18.50	200 m K/7 bój				
19.00	100 m K F				
19.10	100 m M F				
19.25	400 m M/10 bój				
19.45	5000 m K F				
20.05	5000 m M F				

**PROGRAM MINUTOWY**  
**2 dzień 30.07.2014**

08.30*	Chód 20 km K F				
10.30	110 M/10 bój				
10.45			W dal K/7 bój		
11.10					Dysk M/10 bój
12.30				Tyczka M/10 bój	
12.45					Oszczep K/7 bój
15.30	Młot M F				
17.00	4 x 100 m K F			Tyczka M F	
17.15	4 x 100 m M F				
17.30	400 pł K F				Oszczep M/10 bój
17.45	400 pł M F				
18.00	400 m K F	Wzwyż K F			
18.10	400 m M F				
18.20	800 m K F				
18.30	800 m M F				
18.40	200 m K el.				Dysk M F
18.55	200 m M el.				
19.15	800 m K/7 bój.				
19.30	1500 m M/10 bój				
20.30*	Chód 20 km M F				

\* chód kobiet i mężczyzn odbędzie się przy Hali Widowiskowo-Sportowej, ul. Szafera 3

**PROGRAM MINUTOWY**  
**3 dzień 31.07.2014**

16.00	Młot K F					
16.30			W dal K F	Tyczka K F		
16.40	100 pł. K el.	Wzwyż M F				
17.00	110 pł. M el.					
17.20	200 m K F					
17.30	200 m M F				Dysk K F	
17.40	1500 m K F					
17.50	1500 m M F		W dal M F			
18.00	100 pł. K F					
18.10	110 pł M F					
18.20	3000 m K F					
18.35	3000 m prz. M F					Kula M F
18.55	4 x 400 K F					
19.10	4 x 400 M F					