

OTWARTE MISTRZOSTWA WARSZAWY i MAZOWSZA w wielobojach

Warszawa 18-19.05.2019 stadion AWF WARSZAWA

PROPONOWANY PROGRAM MINUTOWY DLA WIELOBOJU

18.05.2019 Zawody sfinansowane ze środków m. st. Warszawy i Urzędu Marszałkowskiego

<i>godzina</i>	<i>biegi</i>	<i>skoki</i>	<i>skoki</i>	<i>rzuty/skoki</i>	<i>rzuty</i>
9.00	110 ppł M U16				
9.20	100ppł U18				
9.40	100 m M U18			wzwyż M U16	(skocznia - meta)
10.00	100 m M U20/S				
10.30	100ppł K U20/S				
10.45		w dal M U20/U18			
11.00		w dal M - S	wzwyż K - S (skocznia-meta)	kula M U16	
11.15				wzwyż K U20/U18	
11.50					kula M U20/U18
12.00			w dal M U16		
12.40				kula M - S	
13.00		wzwyż U20/U18			
13.15	1000 m M U16				
13.20					Kula K - S
13.40			wzwyż M - S (skocznia - meta)		
14.00					Kula K U20/U18
14.20	200 m K - S				
15.00	400 m M U20/U18				
15.20	200 m K U20/U18				
15.30	400 m M - S				
19.05.2019					
9.00	80 ppł K U16				
9.20	110 ppł M U18				
9.40	110 ppł M U20		wzwyż K U16 (skocznia - meta)		
10.00	110 ppł M - S	w dal K U20/U18	w dal K - S	dysk M U20/U18	
11.00					dysk M - S
11.30			tyczka M U20/U18		
11.50				oszczep K - S	
12.00					kula K U16
12.30			tyczka M - S	oszczep K U20/U18	
13.00			w dal K U16		
13.20	800 m K - S				
14.00	800 m K U20/U18			oszczep M U20/U18	
14.30	600 m K U16				
14.40				oszczep M - S	
15.15	1500 m M U20/U18				
15.45	1500 m M - S				

**POCZĄTEK ROZGRYWANIA POSZCZEGÓLNYCH KONKURENCJI MOŻE ULEC NIEWIELKIM
ZMIANOM PO ZAMKNIĘCIU ZGŁOSZEŃ**