



**PZLA MISTRZOSTWA POLSKI w wielobojach U20, U23, S**  
**Warszawa 16-18.06.2023 stadion AWF WARSZAWA**  
**PROPONOWANY PROGRAM MINUTOWY DLA WIELOBOJU**

**17.06.2023 Zawody sfinansowane ze środków m. st. Warszawy**

Godz.	10-bój M Sen/U23	10-bój M U20	7-bój K Sen/U23	7-bój K U20	niepełnosprawni
	16	17	21	20	17M + 11K
09:40		110p M U20 1			
09:45		110p M U20 2			
09:50		110p M U20 3			skok w dal gr. A, B
10:20		Rzut dyskiem M U20			
11:00			100p K Sen/U23 1		
11:05			100p K Sen/U23 2		
11:10			100p K Sen/U23 3		
11:30	100 M Sen/U23 1				pchnięcie kulą gr. A, B
11:35	100 M Sen/U23 2				
11:55		Skok o tyczce M U20			
12:15			Skok wzwyż K Sen/U23 gr. A, B		
12:30	Skok w dal M Sen/U23 gr. A, B				
13:15				Skok w dal K U20 gr. A, B	100 m
13:30	Pchnięcie kulą M Sen/U23 gr. B				
14:10	Pchnięcie kulą M Sen/U23 gr. A				
14:20				Rzut oszczepem K U20	rzut oszczepem
15:00			Pchnięcie kulą K Sen/U23 gr. B		
15:30	Skok wzwyż M Sen/U23 gr. A, B				
15:35		Rzut oszczepem M U20			400 m
15:50			Pchnięcie kulą K Sen/U23 gr. A		
16:20				800 K U20 1	
16:25				800 K U20 2	
16:55		1500 M U20 1			
17:05			200 K Sen/U23 1		
17:10			200 K Sen/U23 2		
17:15			200 K Sen/U23 3		
17:40	400 M Sen/U23 1				
17:45	400 M Sen/U23 2				

