

# Zawody lekkoatletyczne im. E. Lokajskiego

Warszawa 03.09.2023, AWF Warszawa



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki

## PROGRAM MINUTOWY

godzina	biegi	skoki	rzuty	poligon			
15.00	300 ppł K (8)	tyczka K/M	wzwyż M	w dal M/U16	oszczep K	kula M	młot K 3kg
15.05	300 ppł M (5)						
15.15	400 m K						
15.20	400 m M						
15.30	100 m K						
15.40	100 m K U16						
15.50	100 m M				oszczep M		
16.00	100 m M U16		wzwyż K	w dal K/U16			
16.20	80ppł K U16 (12)					kula K	młot M 5kg
16.30	100ppł/110 ppł (1/1/3/)						
16.40	800 m K						
16.45	800 m M						
16.50	200 m K						
17.05	200 m M						dysk M
17.20	600 m K			wieloskok K/M			
17.35	600 m M						
17.45	100ppł/110 ppł Final						
17.45	1000 m K						
18.00	1000 m M						
18.15	300 m K						dysk K
18.30	300 m M						
18.40	2000 m K						
18.50	2000 m M						
19.00	1000prz K						
19.10	1000prz M						

skok w dal - dwie skocznie

Organizatorem zawodów jest Warszawsko-Mazowiecki Okręgowy Związek Lekkiej Atletyki

[www.wmozla.pzla.pl](http://www.wmozla.pzla.pl) | [www.facebook.com/wmozla](https://www.facebook.com/wmozla) |