

# Warszawska Liga Lekkoatletyczna

Warszawa 08.06.2019, stadion OSiR Siennicka



## PROGRAM MINUTOWY

godzina	biegi	skoki			rzuty	
15.00	400 ppł K (5)	tyczka K	wzwyż K	w dal M	Oszczep M 700/800g	kula K 3/4kg
15.10	400 ppł M (3/4)					
15.20	100 m K el.					
15.40	100 m M el.					
16.05	80 ppł					kula M 5/6kg
16.15	100 ppł K J.mł					
16.25	100 ppł K			w dal K		
16.35	110 ppł M U18, U16				Oszczep K 500/600g	
16.45	110 ppł M S,U20					
16.50	100 m K Finał		wzwyż M			
16.55	100 m M Finał	tyczka M				
17.05	80ppł Finał					
17.15	100 ppł K J.mł - Finał					
17.25	100 ppł K - Finał					
17.35	110 ppł M U18, U16	Finał				
17.45	110 ppł M S,U20	Finał		3-skok M		
17.50	200 m K					
18.00	200 m M					
18.15	400 m K					
18.25	400 m M					
18.35	800 m K			3-skok K		
18.40	800 m M					
18.50	1500 m K					
18.55	1500 m M					
19.00	3000 m M					
19.10	3000prz K					
19.25	3000prz M					

**08.06.2019** - Program zawodów rozgrywanych na terenach RKS SKRA

10:00	Młot K
10:40	Młot M
11:40	Dysk K
12:10	Dysk M



Program upowszechniania lekkiej atletyki finansowany jest ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki.



100 POLSKIEGO ZWIĄZKU LAT LEKKIEJ ATLETYKI

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) |