

Zawody lekkoatletyczne im. E. Lokajskiego

Warszawa 05.09.2020, AWF Warszawa



PROGRAM MINUTOWY

godzina	biegi	skoki			rzuty	
15.00	400 ppł K (7)	tyczka M	wzwyż M	w dal K/M U16	oszczep K	kula K 3/4kg
15.05	400 ppł M (8/4)					
15.15	4x100 K					
15.20	4x100 M					
15.30	4x100 K OOM					
15.40	4x100 M OOM					
15.45	400 m K					
15.55	400 m M					
16.05	100 m K el.					
16.30	100 m M el.		wzwyż K	w dal K/M	oszczep M	kula M 7.26/6kg
17.00	80ppł (10)	tyczka K			600g	
17.10	100 ppł K (7/9)					
17.25	110 ppł M					
17.40	100 m K Finał C,B,A					kula M 5kg
17.55	100 m M Finał C,B,A					
18.10	4x400 M					
18.20	4x400 K OOM			trójskok K/M		
18.30	4x400 M OOM			wieloskok K		
18.40	800 m K				oszczep M	
18.45	800 m M				700/800g	
18.50	1500 m K					
18.55	1500 m M					
19.00	300 m K					
19.10	300 m M					
19.25	600 m K					
19.30	600 m M					
19.35	1000 m K					
19.40	1000 m M					
19.45	2000 m K					
19.55	2000 m M					
20.05	200ppł K					
20.10	200ppł M					
20.15	200 m K					
20.30	200 m M					
20.50	1000prz K/M					
21.00	2000prz					

Skok w dal i trójskok oraz U16 rozgrywany na dwóch skocznjach

100m - Finał A-S,U20, Finał B-U18, Finał C-U16



www.pzla.pl

Wydarzenie dofinansowane ze środków Polskiego Związku Lekkiej Atletyki oraz PKN Orlen



www.pknorlen.pl

05.09.2020 - Program zawodów rozgrywanych na terenach RKS SKRA

11:00	Młot K
12:00	Młot M
13:10	Dysk K/M

Organizatorem zawodów jest Warszawsko-Mazowiecki Okręgowy Związek Lekkiej Atletyki
www.wmozla.pzla.pl | www.facebook.com/wmozla |