



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Mazowsze.
serce Polski



Zawody otwarcia sezonu lekkoatletycznego

Warszawa 6-7.05.2023 stadion AWF Warszawa

Zawody finansowane ze środków m. st. Warszawy, Urzędu Marszałkowskiego

06.05.2023

PROGRAM MINUTOWY

godzina	biegi	skoki	skoki	rzuty	skoki	rzuty
15.00	80 ppł K (14)	tyczka M	wzwyż M		w dal M	kula K 3kg U16
15.10	100ppł K (4/4)				w dal M U16	
15.20	110ppł M (5)					
15.30	110ppł M U16 (4)					
15.40	400 K					
15.45	400 M					
15.55	80 ppł K Finał			oszczep K 600/500		kula K 3/3kg
16.05	100ppł K Finał				w dal K	
16.15	110ppł M Finał				w dal K U16	
16.20	110ppł M U16 Finał					
16.30	100 K					
16.35	100 K U16					
16.45						kula M 7.26,6,5kg
16.50	100 M			oszczep M 800/700/600		
17.00	100 M U16					
17.10	1000 K					
17.20	1000 M					
17.30	100 M Finał A,B,C					kula M 5kg U16
17.40	100 K Finał A,B,C					
17.50	300 K					
18.05	300 M					

07.05.2023

godzina	biegi	skoki	skoki	skoki	rzuty-stadion	rzuty-poligon
15.00	300ppł K (8)	tyczka K	wzwyż K	3-skok K/M	dysk K	młot K/M
15.10	300ppł M (6)					
15.20	400ppł (7)					
15.30	400ppł M (2/1)					
15.40	4x100 K					
15.45	4x100 M					
15.50	600 K					
15.55					dysk M U18/U16	
16.05	600 M			wieloskok K/M		
16.15	3000 K					
16.25	3000 M					
16.35	1500 K					
16.40	1500 M					
16.45	200 K				dysk M S/U20	
16.55	200 M					
17.15	2000prz M					

Finał 100m K/M- A,B,C w.g. czasów A-S/U20, B-U18, C-U16
skok w dal K/M - dwie skocznie



www.pzla.pl

Wydarzenie dofinansowane ze środków Polskiego Związku Lekkiej Atletyki oraz PKN Orlen.



www.pknorlen.pl