



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

16.06.2023

Godz.	CHÓD	10-bój M U20	5-bój M U16	7-bój K U20
		17	8	20
10:00		100 M U20 1		
10:05		100 M U20 2		
10:10		100 M U20 3		
10:30				100p K U20 1
10:35				100p K U20 2
10:40				100p K U20 3
11:00		Skok w dal M U20 gr. A, B		
11:15				Skok wzwyż K U20 gr. A, B
11:35			110p M U16 1	
12:00		Pchnięcie kulą M U20 gr. A		
12:25			Skok w dal M U16	
12:40		Pchnięcie kulą M U20 gr. B		
13:30				Pchnięcie kulą K U20 gr. A
13:40		Skok wzwyż M U20 gr. A, B		
13:45			Pchnięcie kulą M U16	
14:20				Pchnięcie kulą K U20 gr. B
15:30				200 K U20 1
15:35			Skok wzwyż M U16 gr A, B	200 K U20 2
15:40				200 K U20 3
15:50		400 M U20 1		
15:55		400 M U20 2		
16:00		400 M U20 3		
16:45			1000 M U16	
17:00	3000m K/M			
17:20	5000m K/M			

