



projekt współfinansuje  
miasto stołeczne  
Warszawa



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki



**Mazowsze.**  
serce Polski

**Wielobojuje zakończenie sezonu  
Warszawa 30.09-1.10.2023 stadion AWF WARSZAWA  
PROPONOWANY PROGRAM MINUTOWY DLA WIELOBOJU**

<b>30.09.2023</b>						
<i>godzina</i>	<i>biegi</i>	<i>skoki</i>	<i>skoki</i>	<i>rzuty/skoki</i>	<i>rzuty</i>	
10.00	110 ppł M U16 (13)					
10.15	100ppł K U18/U20 (11)					
10.35	100 m M U18/U20 (11)			w dal M U16		
11.00		wzwyż K U18/U20				
11.20		w dal M U18/U20				
11.50				kula M U16		
12.45					kula M U18/U20	
13.00		wzwyż M U16				
14.00			wzwyż M U18/U20			
13.15					Kula K U18/U20	
14.40	200 m K U18/U20					
14.50	1000 m M U16					
15.10	400 m M U18/U20					
<b>01.10.2023</b>						
10.00	80 ppł K U16 (19)					
10.20	110 ppł M U18/U20					
10.40		wzwyż K U16	wzwyż K U16			
11.00				dysk M U18/20		
11.50		w dal K U18/U20				
12.00		tyczka M U18/20				
12.30					kula K U16	
13.00				oszczep K U18/U20		
14.10	800 m K U18/U20	w dal K U16	w dal K U16	oszczep M U18/U20		
15.10	600 m K U16					
15.20	1500 m M U18/U20					