

Warszawska Liga Lekkoatletyczna

Warszawa 29.06.2024, AWF Warszawa



PROGRAM MINUTOWY

godzina	biegi	skoki	rzuty-stadion	rzuty-poligon	rzuty-stadion	
15.00				Młot K		
15.40				Młot K 3kg		
16.00	400 ppł K (8)	tyczka K/M	wzwyż K	w dal M	oszczep K	kula K 3kg
16.10	400 ppł M (6/1)				oszczep M 700g	
16.20	100 m K					kula M 5kg
16.30	100 m M				Młot M 7.26/6	
16.45	100ppł K (3)			w dal K		
16.55	110 ppł M S (4)					
17.05	110 ppł M U20/18 (3/1)				oszczep M	
17.15	100 m K Finał				800g	kula M 6/7.26kg
17.20	100 m M Finał					Młot M 5kg
17.30	100ppł K Finał					
17.40	110 ppł M S Finał			3-skok K/M		
17.50	110 ppł M U20/18 Finał					
18.00	400 m K					
18.15	400 m M				Dysk M 1.5kg	
18.25	800 m K					
18.35	800 m M					Dysk K/M 1kg
18.45	200 m K					
19.05	200 m M				Dysk M 1.75/2kg	
19.15	1500 m K					
19.20	1500 m M					
19.30	3000 m K					
19.40	3000 m M					
19.50	2000prz K					