

Mazowieckie Jesienne Wieloboje						
Warszawa 1-2.10.2016 stadion KS Orzeł Warszawa						
PROPONOWANY PROGRAM MINUTOWY DLA WIELOBOJU						
01.10.2016	Zawody sfinansowane ze środków m. st. Warszawy					
<i>godzina</i>	<i>biegi</i>	<i>skoki</i>	<i>skoki</i>	<i>rzuty/skoki</i>	<i>rzuty</i>	
10.00	80 ppł K młodziczki					
10.10	100ppł J.młodsze					
10.20	100ppł K					
10.30	100 m M J.młodszy					
10.35	100 m M					
10.50				wzwyż K Juniorki/J.młodsze/młodziczki		
11.10		w dal M				
12.30				kula M 5/6/7.26kg		
13.30					kula K młodziczki	
14.00				Kula K 3/4kg		
14.15				wzwyż M		
14.30			w dal K młodziczki			
15.15	200 m K					
15.30	600 m K młodziczki					
16.20	400 m M					
02.10.2015						
10.00	110 ppł M J.młodszy					
10.10	110 ppł M					
10.20	110 ppł młodzik					
11.00		w dal młodzik		dysk M		
11.45			w dal K			
12.00					kula młodzik	
12.15			tyczka M			
12.45				oszczep K		
13.00			wzwyż młodzik			
14.00	800 m K					
14.30	1000 m młodzik			oszczep M		
15.45	1500 m M					
POCZĄTEK ROZGRYWANIA POSZCZEGÓLNYCH KONKURENCJI MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM W TRAKCIE PRZEPROWADZANIA ZAWODÓW						