

Warszawska Liga Lekkoatletyczna

Warszawa 13.09.2026, AWF Warszawa



PROGRAM MINUTOWY

godzina	biegi	skoki	rzuty-stadion	poligon
14.00	4x100 Mix	łyczka K/M	oszczep K	młot K
14.15	100 ppł K (1/2)			
14.25	110 ppł M (1/4)		w dal M	
14.35	100 m K			
14.45				młot M
15.05	100 m M			
15.25	100 ppł K Finał	wzwyż K	oszczep M	
15.35	110 ppł M Finał			dysk M
15.45	100 m K Finał			
15.50	100 m M Finał		w dal K	
15.55	400 m K		kula K	
16.10	400 m M			
16.25	800 m K			
16.40	800 m M			dysk K
16.50	200 m K	wzwyż M	kula M	
17.25	200 m M			
17.50	1000prz K			
18.00	1000prz M			
18.10	1500 m K			
18.15	1500 m M			
18.25	3000 m K			
18.35	3000 m M			