

# V Edycja Warszawskiej Ligi Lekkoatletycznej

Warszawa 23.08.2020, AWF Warszawa



## PROGRAM MINUTOWY

godzina	biegi	skoki	rzuty
16.00	400 ppł K (8)	wzwyż M	w dal M/U16
16.05	400 ppł M (4/7)		kula K 3kg
16.20	400 m K		
16.30	400 m M		
16.40	4x100 K OOM		
16.45	4x100 M OOM		
17.00	100 m K el.		kula K 4kg
17.25	100 m M el.	wzwyż K	w dal K/U16
17.50			kula M 5kg
18.00	100 ppł K J.mł		
18.10	100 ppł K		
18.20	110 ppł M (3/4)		
18.30	100 m K Finał C,B,A		
18.40	100 m M Finał C,B,A		
19.00			kula M 7.26/6kg
19.20	100 ppł K J.mł - F		
19.30	100 ppł K - F		
19.40	110 ppł M - F		trójskok K/M
19.50	800 m K		
19.55	800 m M		
20.05	1500 m K		
20.10	1500 m M		
20.20	3000 m K		
20.30	3000 m M		
20.40	1500prz		
20.50	2000prz		
21.00	200 m K		
21.10	200 m M		

**Skok w dal i trójskok rozgrywany na dwóch skoczniach**

100m - Finał A-S,U20, Finał B-U18, Finał C-U16

**22.08.2020 - Program rzutu oszczepem (sobota)**

12.30	Oszczep K
14.00	Oszczep M
16.00	Tyczka K/M

**23.08.2020 - Program zawodów rozgrywanych na terenach RKS SKRA**

11:00	Dysk K/M
12:15	Młot M
13:45	Młot K

Organizatorem zawodów jest Warszawsko-Mazowiecki Okręgowy Związek Lekkiej Atletyki

[www.wmozla.pzla.pl](http://www.wmozla.pzla.pl) | [www.facebook.com/wmozla](https://www.facebook.com/wmozla) |