

7.Memoriał Zygmunta Szelesta

Warszawa 15.05.2021, AWF Warszawa



PROGRAM MINUTOWY

godzina	biegi	skoki			rzuty	
15.30					Dysk K/M	
16.15	400 ppł K (7)	tyczka K	wzwyż K	trójskok K/M		
16.20	400 ppł M (5)					
16.30	100 m K el.					
16.40	100 m M el.					
16.50	400 m K					
17.05	400 m M				oszczep K	oszczep M
17.15	800 m K					
17.25	800 m M					
17.45	100 m K Finał		wzwyż M			
17.50	100 m M Finał					
18.00	300m K		w dal K	w dal M		kula M 7.26
18.10	300m M					
18.20	1500 m K					
18.30	1500 m M					
18.40	200 m K					
19.00	3000 prz M					
19.30						młot K/M

skok w dal - dwie skocznie

Organizatorem zawodów jest Warszawsko-Mazowiecki Okręgowy Związek Lekkiej Atletyki

www.wmozla.pzla.pl | www.facebook.com/wmozla |