

Finale Warszawskiej Ligi Lekkoatletycznej

Warszawa 22.09.2024, AWF Warszawa



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



PROGRAM MINUTOWY

godzina	biegi	skoki	rzuty-stadion	Poligon	
14.00	110 ppł M (3)	wzwyż M	w dal K	oszczep K/M 400g	młot K/M
14.10	100 ppł K (3/4)				
14.20	100 m M				
14.35	100 m K				dysk K/M
14.45				oszczep M	
15.00	100 ppł K Finał		w dal M	700g	
15.10	100 m M Finał				
15.15	100 m K Finał				
15.25	800 m M	wzwyż K			
15.35	800 m K				kula M
15.45	400 m M		3-skok K/M	oszczep M	
15.55	400 m K			800g	
16.10	200 m M				kula K 2kg
16.30	200 m K	tyczka K/M			
16.55	1500 m M				kula K 3/4kg
17.00	1500 m K				
17.05	3000 m M				
17.15	3000 m K				
17.25	2000prz K				