

# INDOOR TRACK RUN

## I Halowe Mistrzostwa Amatorów Województwa Łódzkiego w biegach na dystansach

**Organizator:** TIME4S [www.time4s.pl](http://www.time4s.pl)  
RAJSPORT ACTIVE [www.rajsport.pl](http://www.rajsport.pl)

**Kontakt:** [biuro@time4s.pl](mailto:biuro@time4s.pl)

501 894 154 Radosław Sekieta

**Miejsce:** Hala RKS Łódź ul.Rudzka 37

**Terminy:** 16.01.2016, 29.01.2016

### Harmonogram

#### **16.01.2016 Sobota (dystanse nietypowe)**

12:00 otwarcie biura zawodów

12:45 wejście na bieżnię rozgrzewką

13:30 start pierwszej konkurencji 60m

Kolejność konkurencji

60m K i M, 1000m K i M, 300m K i M, 600mK i M

#### **29.01.2016 Piątek (dystanse olimpijskie)**

17:00 otwarcie biura zawodów

17:30 rozpoczęcie rozgrzewki

18:00 start pierwszej konkurencji

Kolejność konkurencji

800m K i M, 400m K i M, 200m K i M, 1500m K i M