

Arkusz1

PROGRAM MINUTOWY

7.06.2023 BEŁCHATÓW

10,15	80ppł	1 seria	skok w dal DZ16	p. kula DZ	17	dysk K + M	1 +4
10,20	1000 m M	1 seria					
10,30	100 m K	4 serie					
10,45						rzut oszczep	1+1
10,50	100 m M	4 serie					
11,00						skok wzwyż K	5+13
11,10	300 m K	3 serie	skok w dal CH15				
11,25	300 m M	3 serie		p.kulą CH	17		
11,40	600 m DZ	3 serie					
12,00	600 m CH	2 serie					
12,20	4 x 100 m DZ						
12,30	4 x 100 m CH						