

PROGRAM MINUTOWY - MITYNG OKRĘGOWY UKS „ACHILLES” LESZNO 08.06.2019r. Ważne!!! Do godziny 15.00 dokonujemy wszelkich wykreśleń, zmian. Brak wykreśleń, zmian to naliczanie opłat startowych wg. zgłoszenia w domtelu.

16.00 110mppł M(2s)	wzwyż K	kula K	skok w dal M	oszczep M
16.15.100mppł K(2s)				
16.30 100m K el.(11s)				
17.00 100m M el. (8s)				
17.10	wzwyż M	kula M		oszczep K
17.25 400m K (5s)			skok w dal K	
17.40 400m M(4s)				
17.55 800m K(2s)				
18.05 800m M(2s)				
18.15 100m KF A,B(2s)				
18.25 100m MF A,B(2s)				
18.40 200mppł K(1s)				
18.45 200mppł M(1s)				
19.00 400mppł K(2s)			3skok K+M	
19.15 1500 m K (1s)				
19.25 1500 m M(2-3s)				
19.40 200m K(9s)				
20.05 200m M(6s)				
20.25 1500m K przeszkody(1s)				

