

93. PZLA Mistrzostwa Polski

Stadion na Zwierzyńcu w Białymstoku, 21-23 lipca 2017

PROGRAM MINUTOWY - projekt 5

PIĄTEK 21.07.2017

14:50	400 m ppt K (el.)
15:05	400 m ppt M (el.)
15:20	100 m K (preeliminacje)
15:45	100 m M (preeliminacje)

17:00	CEREMONIA OTWARCIA MISTRZOSTW POLSKI	
17:15	800 m K el.	
17:20		oszczep M
17:25		trójskok K
17:30	800 m M el.	
17:50	100 m M el.	
18:15	5000 m chód K	
18:30		kula K
18:45		trójskok M
18:50		oszczep K
18:55	100 m M	
19:10	100 m K el.	
19:30	400 m K el.	
19:50	400 m M el.	
20:10	100 m K	

20:25	3000 m K przeszkody
20:45	3000 m M przeszkody

SOBOTA 22.07.2017

17:00		miotł M
17:10	400 m ppt K	
17:20	400 m ppt M	
17:35	10 000 m chód M	
17:45		tyczka K
18:00		wzwyż K
18:25	4 x 100 m K	
18:40		dysk M
18:45	4 x 100 m M	
19:00	400 m K	
19:10	400 m M	
19:25	200 m K el.	
19:45	200 m M el.	
20:00	800 m K	
20:10	800 m M	

20:25	5000 m K
20:45	5000 m M

NIEDZIELA 23.07.2017

14:00		w dal K
14:05		dysk K
14:10		tyczka M
14:15		kula M
14:25	100 m ppt K el.	
14:40	110 m ppt M el.	
15:00	1500 m M	
15:20		w dal M
15:25	100 m ppt K	
15:40	110 m ppt M	
15:45		wzwyż M
15:50	200 m K	
16:00	200 m M	
16:10		miotł K
16:20	1500 m K	
16:45	4 x 400 m K	
17:00	4 x 400 m M	

