**PODKARPACKI OKRĘGOWY ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI**

email:[**biuro@pozla.pl**](mailto:biuro@pozla.pl)**,** strona internetowa:[**www.pozla.pl**](http://www.pozla.pl)

**PROGRAM MINUTOWY**

**17.06.2021 PRZEMYŚL**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **16.30** | 80m ppł K |  |  |
| **16.40** | 100m ppł M | wzwyż K i M |  |
| **16.45** |  | w dal K |  |
| **17.00** | 600m K |  |  |
| **17.15** | 600m M |  |  |
| **17.30** | 100m M |  |  |
| **17.50** | 100m K |  |  |
| **18.05** |  | w dal M | kula K i M |
| **18.15** | 1000m K |  |  |
| **18.25** | 1000m M |  |  |
| **18.40** | 300m K |  |  |
| **19.10** | 300m M |  |  |

**UWAGA!**

- Zbiórka zawodników na bramce: 15 min przed konkurencjami

- Zawodnicy po sprawdzeniu wyprowadzani są na miejsce startu przez sędziego

- Wszystkie biegi odbędą się w seriach na czas