

## Mistrzostwa Województwa Warmińsko-Mazurskiego LZS OPEN 2023.

## 3. Memoriał Romualda Wojnowskiego /OLECKO, 28.05.2023/

## PROGRAM MINUTOWY

BIEGI		serie	SKOKI		RZUTY	
<b>11.50 OTWARCIE MISTRZOSTW</b>						
12.45	400pł K	3/1s	12.00	Wzwyż M /7/	12.00	Dysk K U16 0,75 kg /3/
12.50	400pł M	3/1s	12.05	Trójskok K /3/	12.00	Dysk M U16 1kg /2/
13.00	1500m M	4/1s			12.40	Dysk K 1kg /9/
13.10	100pł K	3/1s			13.40	Dysk M 2kg /2/
13.15	80pł K U16 /2/	2/1s			13.40	Dysk M 1.75kg /3/
13.20	100m K LZS + Mityng el.	27/4s			13.40	Dysk M 1.5kg /1/
13.32	100m M LZS+Mityng el.	14/2s				
13.40	1000m M U16	3/1s	12.45	W dal M /14/	14.00	Kula K (4kg) /2/
13.50	800m M	4/1s	13.00	Wzwyż K /11/	14.00	Kula K (3kg) /8/
13.55	400m K	9/2s				
14.00	400m M	6/1s			14.30	Oszczep M (800) /2/
14.10	100m K FINAŁ A LZS	8/1s			14.30	Oszczep M (700) /1/
14.15	100m K FINAŁ B Mityng	8/1s			14.30	Oszczep M U16 (600) /3/
14.20	100m M LZS FINAŁ	8/1s				
14.25	600m K U16 - bieg Memoriałowy	19/2s				
14.40	600m M U16 - bieg Memoriałowy	10/1s	13.45	W dal K /14/		
14.50	200m K LZS+Mityng	19/4s			14.50	Kula M U20 (6kg) /3/
15.05	200m M LZS+Mityng	12/2s			14.50	Kula M (5kg) /3/
15.15	300m K U16	25/5s			14.50	Kula M (7.26kg) /2/
15.30	300m M U16	10/2s			14.50	Kula M U20 (6kg) /3/
15.40	4x100 M	5/1s			15.00	Oszczep K (600) /1/
15.45	4x100 K	10/2s			15.00	Oszczep K U18 (500) /5/