

**PROJEKT PROGRAMU MINUTOWEGO -
MISTRZOSTWA ŚLĄSKA SENIORÓW, JUNIORÓW I JUNIORÓW MŁODSZYCH
OSTRAWA 27.01.2023**

11.00	Chód 2km K- U18,U20, S Chód 3km M - U18, U20, S	W DAL M – U18,U20,S	TYCZKA K+M S,U20,U18	KULA M – U18
11.15	60mppl K U18 – F			
11.25	60mppl K U20, S - F			
11.20	60mppl M U18 - F			
11.25	60m ppl M U20, S - F			
11.30	60m K U18 – el			
11.40	60m K U20- el			
11.45	60m K S - el			
11.50	60m M U18 – el			
12.00	60m M U20 – el	W DAL K – U18,U20,S		KULA M - U20, S
12.15	60m M S – el			
12.25	60m K U18 - F			
12.30	60m K U20 -F			
12.35	60m K S – F			
12.40	60m M U18 - F			
12.45	60m M U20 - F			
12.50	60m M S-F			

13.00	600m K U18		WZWYŻ K - U18,U20, S	KULA K – U18
13.10	800m K U20, S			
13.15	600m M U 18			
13.20	800m M U20, S			
13.25	2000m K U18			
13.35	2000m M U18	TRÓJSKOK K+M- belka 9m		
13.45	3000m K U20, S			
14.00	3000m M U20, S			KULA K –U20, S
14.15	400m K U20			
14.20	400m K S			
14.25	400m M U20			
14.35	400m M S			
14.45	300m K U18	TRÓJSKOK K+M belka 11m	WZWYŻ M- U18,U20, S	
14.55	300m M U18			
15.05	200m KU18			
15.15	200m KU20			
15.25	200m K S			
15.35	200m K U18			
15.45	200m M U20			
15.55	200m M S			
16.15	1000m K U18			
16.25	1000m M U18			
16.35	1500m K U20, S			
16.45	1500m M U20, S			

