

<b>14.00</b>	<b>piątek 7.02.2025 rozpoczęcie pracy sekretariatu</b>						
<b>7.30</b>	<b>sobota 8.02.2025 rozpoczęcie pracy sekretariatu</b>						
<b>8,40</b>	Chód 3000 m M 35 - 65	2	20				
<b>9,05</b>	Chód 3000 m K + M 70+	2	16				
<b>9,10</b>				w dal K35-K45	11	Tyczka M65+	9
<b>9,35</b>	<b>Ceremonia</b>			otwarcia			
<b>9,45</b>	60ppł K50+		7				
<b>9,51</b>	60ppł M70-75		6				Cięż.M60-65- 9,0
<b>9,56</b>	60ppł K40-45		4				11
<b>10,01</b>	60ppł M60-65		7			kula M75	12
<b>10,10</b>	60ppł M50-55		8	w dal K50+	15		
<b>10,20</b>	60ppł M35-45		12				
<b>10,35</b>	60 m M 80+		6				
<b>10,39</b>	60 m M 70-75		16				
<b>10,48</b>	60 m M 65		8				Cięż.M35-45-15,
<b>10,52</b>	60 m M 55-60		13			Tyczka M 40 - 60	10
<b>11,00</b>	60 m M 50		7				
<b>11,04</b>	60 m M 45		6			Kula M70	8
<b>11,08</b>	60 m M 40		12				
<b>11,16</b>	60 m M 35		15				
<b>11,30</b>	60m K 35-45		15	w dal M 35-45	16		
<b>11,38</b>	60m K 50		11				
<b>11,46</b>	60m K 55-60		8			kula K55 - K60	12
<b>11,50</b>	60m K 65+		11				
<b>12,00</b>	800m M 35 +p.k.		7				
<b>12,05</b>	800m M 40		9			Wzwyż K, M80+	15
<b>12,10</b>	800m M 45		11				Cięż.M50-55-11,
<b>12,15</b>	800m M 50		8				8
<b>12,20</b>	800m M 55		6				
<b>12,25</b>	800m M 60		6				
<b>12,30</b>	800m M 65		6				
<b>12,35</b>	800m M 70+		15			kula K65+	9
<b>12,45</b>	800m K 35-40		11				
<b>12,50</b>	800 m K 45-55		11	w dal M 50 - 60	18		
<b>12,55</b>	800 m K 60+		9				Cięż.M80+ 5,45k
<b>13,05</b>	200m M 35+p.k.		13				9
<b>13,16</b>	200m M 40		11			kula K35-50	13
<b>13,26</b>	200m M 45		8				
<b>13,34</b>	200m M 50		12				
<b>13,44</b>	200m M 55		7				
<b>13,50</b>	200m M 60		9				Cięż.M70-75-7,2
<b>13,58</b>	200m M 65		7				15
<b>14,05</b>	200m M 70		6				
<b>14,10</b>	200m M 75+		8	w dal M 65+	22		
<b>14,20</b>	200m K 30-40		10			Wzwyż M65+M75	17
<b>14,28</b>	200m K 45-50		13			kula M60-65	14
<b>14,39</b>	200m K 55		5				
<b>14,44</b>	200m K 60+		13				
<b>14,59</b>	3000m M 35		11				Cięż. K35-60

<b>15,14</b>	3000m M 40	<b>11</b>						
<b>15,29</b>	3000m M 45-50	<b>12</b>						
<b>15,44</b>	3000m M 55-60	<b>12</b>	<b>trójskok K +</b>	<b>13</b>		kula M35-40	<b>11</b>	
<b>15,59</b>	3000m M 65	<b>9</b>						
<b>16,14</b>	3000 m M 70+	<b>12</b>						<b>Cięż. K 65+</b>
<b>16,29</b>	<b>3000m K 35-40</b>	<b>18</b>						
<b>16,44</b>	<b>3000m K 45+</b>	<b>19</b>	<b>trójskok M35-50</b>	<b>13</b>		kula M45	<b>11</b>	
<b>17,00</b>	400m M 35+p.k.	<b>7</b>			<b>Wzwyż M 35- 60</b>	<b>17</b>		
<b>17,08</b>	400m M 40	<b>9</b>						
<b>17,16</b>	400m M 45	<b>10</b>						
<b>17,24</b>	400m M 50	<b>9</b>						
<b>17,32</b>	400m M 55	<b>11</b>						
<b>17,40</b>	400m M 60	<b>6</b>	<b>trójskok M55-65</b>	<b>10</b>				
<b>17,44</b>	400m M 65	<b>8</b>				kula M50-55	<b>14</b>	
<b>17,52</b>	400m M 70	<b>7</b>						
<b>18,00</b>	400m M 75+	<b>10</b>						
<b>18,10</b>	<b>400m K 35-40</b>	<b>8</b>						
<b>18,18</b>	<b>400m K 45</b>	<b>7</b>						
<b>18,26</b>	<b>400m K 50</b>	<b>5</b>	<b>trójskok M 70+</b>	<b>11</b>				
<b>18,30</b>	<b>400m K 55- 60</b>	<b>6</b>						
<b>18,35</b>	<b>400m K 65+</b>	<b>7</b>						
<b>po 19</b>	<b>Zakończenie</b>							

**ilości 643**

**129**

**68**

**115**

Bramka: wyprowadzenie do konkurencji biegowych 10 minut, konkurencje tech. 20 minut, skok wzwyż 20 minut, skok o tyczce 40 minut


18kg


88kg


34kg


g


6kg


7