

PROJEKT PROGRAMU MINUTOWEGO
XII Winobraniowy Mityng Weteranów Lekkiej Atletyki
Memoriał im. Edwarda Podwysockiego i Jerzego Krawczyka w rzucie młotem
 Zielona Góra, 9 września 2017

9.30		tyczka M	kula M 7,26+6	oszczep K
10.40	100 K+M			dysk M 2+1,5
11.00				
11.40		dal K+M	oszczep M	
12.00	400 K+M			dysk K
12.20		trójskok K+M		
12.40	800 K+M		kula K	dysk M 1
13.00		wzwyż K+M		
13.15			kula M 5+4+3	
13.30				

PŁYTA BOCZNA
młot M 5+4
młot K
ciężarek M
młot M 7,26+6

