

## PROGRAM MINUTOWY MAKROREGIONU

07-08.06.2008 SŁUPSK

**SOBOTA 7.06.2008-05-19**

11,00	100m ppł K	JMł. i J	7-bój	
11,10	100m M	JMł.	8-bój	
11,40	kula K	JMł. i J	7- bój	
12,00	w dal M	JMł.	8-bój,	<b>młot K i M</b>
12,45	wzwyż K	JMł. i J	7- bój	
13,00	kula M	JMł.	8-bój,	<b>chód 5/10 km K i M,</b>

---

14,00	110m M J, tyczka K JMł. i J, w dal M JMł. i J, kula M JMł. , oszczep K JMł. i J, wzwyż K JMł. i J			
14,10	110m M JMł.,			
14,20	100m ppł K J			
14,30	100m ppł K JMł.			
14,40	100m M JMł.			
15,00	100m M J ,			
15,20	100m K JMł., kula K JMł. i J			
15,35	100m K J, oszczep M JMł.,			
15,50	200m K jm 7-bój			
16,00	400m M JMł. 8-bój, w dal K JMł i J			
16,05	400m M JMł. ,			
16,15	400m M J			
16,25	400m K JMł., kula M J i S,			
16,30	400m K J			
16,40	100m M	FA JMł.		
16,45	100m M	FA J		
16,50	100m K	FA JMł..		
16,55	100m K	FA J		
17,00	2000m M przeszkody JMł i J, oszczep M J i S			
17,15	2000m K przeszkody JMł. i J			
17,30	1500m M JMł. i J			
17,50	1500m K JMł.			
18,00	3000m M JMł. i J i S			
18,15	3000m K JMł. i J			
18,30	4 X 100 m M JMł.			
18,50	4 X 100m K JMł.			
19,00	4 X 100m M J			
19,05	4 X 100m K J			

## LEGENDA

K - kobiet

M - mężczyźni

J - juniorki , juniorzy

jm – juniorki młodsze

S - seniorzy

PROGRAM MINUTOWY MAKROREGIONU  
07-08.06.2008 SŁUPSK

**NIEDZIELA 08.06.2008**

11,00	-	110 m ppł. M JMŁ.	-	8-bój, w dal K JMŁ. i J	7-bój
11,30	-	wzwyż M JMŁ.	-	8-bój	
12,30	-	oszczep K JMŁ. i J-		7-bój	
13,15	-	oszczep M JMŁ.	-	8-bój	
<hr/>					
15.00	-	400m ppł M J, dysk M JMŁ., wzwyż M JMŁ. i J		trójskok K JMŁ. i J,	
		tyczka M JMŁ. i J			
15.10	-	400m ppł M JMŁ.			
15.20	-	400m ppł K J i JMŁ.			
15.30	-	800m K JMŁ i J		7-bój	
15.35	-	800m M JMŁ			
15.50	-	800m M J			
16.00	-	800m K JMŁ. <b>dysk K JMŁ. i J</b>			
16.10	-	800m K J			
16.20	-	200m M J, trójskok M JMŁ. i J,			
16.30	-	200m M JMŁ. ,			
16.45	-	200m K J			
16.55	-	200m K JMŁ., dysk M J i S			
17.10	-	1000m M		8-bój,	
17.20	-	4 x 400 m M JMŁ. i J			
17.30	-	4 x 400 m m K JMŁ i J			
17.40	-	5000 m K/M			

**Markowicz Eugeniusz**