

**PROGRAM MINUTOWY**  
**XXIX MIĘDZYNARODOWEGO MITYNGU LEKKOATLETYCZNEGO „KRAK”**  
**11.05.2019**

9<sup>45</sup> p. palantowa K + M SP 91 Mały Krak      w dal K/M Mały Krak

10<sup>30</sup> **uroczyste otwarcie**

10<sup>45</sup> 400m bieg dzieci rocznik 2009      kula K      wzwyż K

10<sup>50</sup> 400m bieg rodziców

11<sup>00</sup> 110 ppł M      w dal M

11<sup>10</sup> 80 ppł K

11<sup>20</sup> 100 K      kula M  
100 K SP 91(I seria) Mały Krak

11<sup>45</sup> 100 M      wzwyż M  
100 M SP 91(I seria) Mały Krak

12<sup>10</sup> 200 ppł K      oszczep K      w dal K

12<sup>20</sup> 200 ppł M  
200 M (PK)

12<sup>30</sup> 300 K  
300 K SP 91 Mały Krak

12<sup>55</sup> 300 M      oszczep M  
300 M SP 91 Mały Krak

13<sup>10</sup> 600 K

13<sup>20</sup> 600 M

13<sup>30</sup> 4x100 K

13<sup>35</sup> 4x100 M

**Konkurencje techniczne: 4 próby**

**Konkurencje biegowe: serie na czas**