

**Latvijas U18 un U20 čempionāts 2023
16.-17.06.2023., Ogre**
PROGRAMMA
1.DIENA

	U20 junioros	U20 juniori	U18 jaunietes	U18 jaunieši
13:00	SACENSĪBU ATKLAŠANA			
13:10		110 m/b fināls		
13:15	Lodes grūšana			
13:20			Šķēpa mešana	
13:25				110 m/b fināls
13:30		Tāllēkšana		
13:45	100 m/b fināls			
13:55			100 m/b priekšskrējieni	
14:15	100 m priekšskrējieni			
14:25		100 m priekšskrējieni		
14:30		Lodes grūšana		
14:35			100 m priekšskrējieni	
14:50	Tāllēkšana			100 m priekšskrējieni
14:55				Šķēpa mešana
15:15		3000 m/šķ		
15:30			Lodes grūšana	
15:35	3000 m/šķ			
15:55				2000 m/šķ
16:10			2000 m/šķ	
16:30	Šķēpa mešana			
16:40				
16:45				Tāllēkšana
16:55			100 m/b fināls	
17:05	100 m fināls			
17:10		100 m fināls		
17:15			100 m fināls	
17:20				100 m fināls
17:35			400 m	
17:40		Šķēpa mešana		
17:45				Lodes grūšana
17:50				400 m
18:05	400 m			
18:15		400 m		
18:20			Tāllēkšana	
18:35			1500 m	
18:45				1500 m
18:55	1500 m			
19:05		1500 m		
19:20			4x100 m	
19:30				4x100 m
19:40	4x100 m			
19:50		4x100 m		

Kokneses stadions	15:00	Vesera mešana		Vesera mešana	
	16:20		Vesera mešana		Vesera mešana



Latvijas U18 un U20 čempionāts 2023
16.-17.06.2023., Ogre

PROGRAMMA

2.DIENA

	U20 junioros	U20 juniori	U18 jauniņas	U18 jaunieši
10:00	5000 m soļošana	10000 m soļošana	3000 m soļošana	5000 m soļošana
10:30				Augstlēcšana
10:40			Trīssollēcšana	
11:00		Diska mešana		
11:10	Kārslēcšana		Kārslēcšana	
11:20		400 m/b		
11:40				400 m/b
11:55	400 m/b			
12:05			400 m/b	
12:10	Diska mešana			
12:20			Augstlēcšana	
12:25			200 m priekšskrējieni	
12:30				Trīssollēcšana
12:45		Kārslēcšana		Kārslēcšana
12:50				200 m priekšskrējieni
13:10	200 m priekšskrējieni			
13:25		200 m priekšskrējieni		
13:40				Diska mešana
13:45	3000 m		3000 m	
14:00	Trīssollēcšana	Augstlēcšana		
14:05		3000 m		3000 m
14:25			200 m fināls	
14:30				200 m fināls
14:35	200 m fināls			
14:40		200 m fināls		
14:55			800 m	
15:00		Trīssollēcšana		
15:05				800 m
15:10			Diska mešana	
15:15	Augstlēcšana			
15:20	800 m			
15:30		800 m		
15:50			Mazā zviedru stafete	
16:00				Mazā zviedru stafete
16:10	Mazā zviedru stafete			
16:20		Mazā zviedru stafete		

Atspēriena dēļi trīssollēcšanā:

SU18, SU20: **9 un 10m**

VU18, VU20: 10 un 13m (oriģinālais)

Augstlēcšana:

SU18: 1.41-1.46-1.51-1.56-1.61-1.65-1.68-1.71-1.74...

VU18: 1.66-1.71-1.76-1.81-1.86-1.90-1.93-1.95-1.97...

SU20: 1.51-1.56-1.61-1.66-1.71-1.75-1.78-1.80...

VU20: 1.71-1.76-1.81-1.86-1.90-1.93-1.96-1.98...

Kārslēcšana:

SU18, SU20: 1.80-2.00-2.20-2.35-2.45-...-3.65-3.70...

VU18, VU20: 2.75-2.95-3.15-3.35-3.50-3.60-3.70-...-4.30-4.35...