

**Latvijas U18 un U20 čempionāts 2024
15.-16.06.2024., Valmiera**

PROGRAMMA

1.DIENA

	U20 junioros	U20 juniori	U18 jauniešes	U18 jaunieši
12:00		Vesera mešana		Vesera mešana
13:00	SACENSĪBU ATKĻĀŠANA			
13:10		110 m/b fināls		
13:15	Vesera mešana		Vesera mešana	Lodes grūšana
13:20	Tāllēkšana			
13:25				110 m/b priekšskrējieni
13:45	100 m/b fināls			
14:00			100 m/b priekšskrējieni	
14:20		100 m priekšskrējieni		
14:30	100 m priekšskrējieni	Šķēpa mešana		
14:40				100 m priekšskrējieni
14:45			Lodes grūšana	
14:50		Tāllēkšana		
15:00			100 m priekšskrējieni	
15:25			1500 m	
15:35				1500 m
15:45	Šķēpa mešana			
15:50	1500 m			
16:00		1500 m		
16:10			Tāllēkšana	
16:15		Lodes grūšana		
16:20				110 m/b fināls
16:35			100 m/b fināls	
16:50		100 m fināls		
16:55	100 m fināls			
17:00				100 m fināls
17:05			100 m fināls	Šķēpa mešana
17:20	Lodes grūšana	400 m		
17:30	400 m			
17:40				400 m
17:50				Tāllēkšana
18:00			400 m	
18:15		3000 m/šķ		
18:30	3000 m/šķ		Šķēpa mešana	
18:45				2000 m/šķ
19:00			2000 m/šķ	
19:20		4x100 m		
19:30	4x100 m			
19:40				4x100 m
19:50			4x100 m	

Personīgie rīki jānodod pulcēšanās vietā ne vēlāk kā 1h pirms starta.

**Latvijas U18 un U20 čempionāts 2024
15.-16.06.2024., Valmiera**

PROGRAMMA

2.DIENA

	U20 junioras	U20 juniori	U18 jauniešas	U18 jaunieši
10:00	5000 m sološana	5000 m sološana	3000 m sološana	5000 m sološana
10:40			Augstlēkšana	
10:45				Diska mešana
11:00	Trīssollēkšana			
11:10	Kārtslēkšana		Kārtslēkšana	
11:30		400 m/b		
11:45				400 m/b
12:00	400 m/b			
12:10			400 m/b	
12:20		Trīssollēkšana		
12:25			Diska mešana	
12:30	3000 m		3000 m	Augstlēkšana
12:50		3000 m		3000 m
13:15		200 m priekšskrējieni	Trīssollēkšana	
13:20		Kārtslēkšana		Kārtslēkšana
13:30	200 m priekšskrējieni			
13:40				200 m priekšskrējieni
14:00	Augstlēkšana		200 m priekšskrējieni	
14:05		Diska mešana		
14:25		800 m		
14:35	800 m			
14:42				800 m
15:00			800 m	Trīssollēkšana
15:05	Diska mešana			
15:25		200 m fināls		
15:30	200 m fināls	Augstlēkšana		
15:35				200 m fināls
15:40			200 m fināls	
15:55		Mazā zviedru stafete		
16:05				Mazā zviedru stafete
16:15	Mazā zviedru stafete		Mazā zviedru stafete	

Augstlēkšana (SU18): 1.42-1.47-1.52-1.57-1.62-1.65-1.68-1.71-1.74-1.76...

Augstlēkšana (VU18): 1.62-1.67-1.72-1.77-1.82-1.85-1.88-1.91-1.93...

Augstlēkšana (SU20): 1.47-1.52-1.57-1.62-1.65-1.68-1.71-1.74-1.76...

Augstlēkšana (VU20): 1.77-1.82-1.87-1.91-1.84-1.97-2.00-2.02...

Kārtslēkšana (SU18, SU20): 2.10-2.20-2.30-2.40-2.50 + 10cm; 3.60-3.65 + 5cm

Kārtslēkšana (VU18, VU20): 2.80-3.00-3.20-3.40-3.60-3.75-3.90-4.05-4.15-4.25-4.35-4.45-4.55-4.60...

Trīssollēkšana:

S U18: 9 un 10m

V U18: 10 un 11m

S U20: 9 un 10m

V U20: 10 un 13m

Personīgie rīki jānodod pulcēšanās vietā ne vēlāk kā 1h pirms starta.