

PROGRAMMA

Ziemassvētku kauss U14 vieglatlētikā

Ziemassvētku kauss daudzciņās

21.12.2024.

12:00	60 m/b	U16 M 5-cīņa	12:00	Lode grūšana	U14 M
12:20	60 m/b pr-ni	U14 M	13:30	Lode grūšana	U14 Z
12:45	60 m/b pr-ni	U14 Z	14:30	Lode grūšana	U16 M 5-cīņa
12:55	60 m pr-ni	U14 M	15:30	Lode grūšana	U16 Z 7-cīņa
13:40	60 m	U16 Z 7-cīņa	16:20	Lode grūšana	U18,U20 Z 7-cīņa
13:50	60 m pr-ni	U14 Z			
14:10	60 m	U18,U20 Z 7-cīņa			
14:25	60 m/b fināls	U14 M	12:00	Tāllēkšana	U14 M 1.plūsma
14:35	60 m/b fināls	U14 Z	13:00	Tāllēkšana	U14 M 2.plūsma
14:45	60 m fināls	U14 M	14:05	Tāllēkšana	U16 Z 7-cīņa
14:50	60 m fināls	U14 Z	14:45	Tāllēkšana	U18,U20 Z 7-cīņa
15:10	APBALVOŠANA		15:20	Tāllēkšana	U14 Z
15:40	300 m	U14 M	17:00	Tāllēkšana	U16 M 5-cīņa
16:20	300 m	U14 Z			
17:30	APBALVOŠANA				
17:45	1000 m	U14 M	12:30	Augstlēcšana	U16 M 5-cīņa
18:00	1000 m	U14 Z	13:50	Augstlēcšana	U14 Z
18:15	800m	U16 M 5-cīņa	14:40	Augstlēcšana	U14 M
18:35	APBALVOŠANA		16:50	Augstlēcšana	U16 Z 7-cīņa
			18:00	Augstlēcšana	U18,U20 Z 7-cīņa
			16:00	Kārslēcšana	U14 M+Z

Piezīmes:

Lodes grūšanā 4 mēģinājumi (2+2)

Tāllēkšanā 4 mēģinājumi

Augstlēcšana U14 - 1.15-1.20-1.25-1.30-1.35-1.38-1.41 utt.

Kārslēcšana U14 – 1.80-1.90-2.00-2.10-2.20 utt.

PROGRAMMA

Ziemassvētku kauss U18, U20 Ziemassvētku kauss daudzciņās 22.12.2024.

11:00	60 m/b	U18, U20 S 5-cīņa	11:00	Lodes grūšana	U18 S
11:10	60 m pr-ni	U18 S	12:15	Lodes grūšana	U20 S
11:30	60 m pr-ni	U20 S	13:10	Lodes grūšana	U18, U20 S 5-cīņa
11:50	60 m/b fināls	U18 S	14:10	Lodes grūšana	U18 V
12:00	60 m/b fināls	U20 S	15:30	Lodes grūšana	U20 V
12:15	60 m/b	U16 Z 7-cīņa			
12:30	60 m/b fināls	U18 V			
12:40	60 m pr-ni	U18 V	11:30	Augstlēcšana	U18, U20 S 5-cīņa
13:00	60 m pr-ni	U20 V	16:15	Augstlēcšana	U18, U20 S
13:25	60 m fināls	U18 S	17:15	Augstlēcšana	U18, U20 V
13:30	60 m fināls	U20 S			
13:35	60 m fināls	U18 V			
13:40	60 m fināls	U20 V			
13:55	60 m/b fināls	U20 V			
13:55	60 m/b	U18, U20 V 7-cīņa	12:50	Kārtslēkšana	U16 Z 7-cīņa
14:00	APBALVOŠANA		14:40	Kārtslēkšana	U18, U20 V 7-cīņa
14:15	400 m	U18 S			
14:30	400 m	U20 S			
14:35	400 m	U18 V	11:00	Tāllēcšana	U18 V
14:50	400 m	U20 V	12:15	Tāllēcšana	U20 V
15:10	1000 m	U16 Z 7-cīņa	13:35	Tāllēcšana	U18 S
15:15	APBALVOŠANA		15:10	Tāllēcšana	U18, U20 S 5-cīņa
15:30	800 m	U18 S	16:10	Tāllēcšana	U20 S
15:45	800 m	U18 V			
16:00	800 m	U20 S			
16:05	800 m	U20 V			
16:20	800 m	U18, U20 S 5-cīņa			
16:30	3000 m soļošana	U20 S, U20 V			
16:50	1000 m	U18, U20 V 7-cīņa			
17:00	200 m	U18 S			
17:25	200 m	U20 S			
17:35	200 m	U18 V			
17:55	200 m	U20 V			
18:20	APBALVOŠANA				

Piezīmes:

Augstlēcšana U18, U20 S – 1.30-1.35-1.40-1.45-1.50-1.55-1.58-1.61 utt.

Augstlēcšana U18, U20 V – 1.45-1.50-1.55-1.60-1.65-1.70-1.73-1.76 utt.