

**“Ziemassvētku kauss 2025” vieglatlētikā**  
**Ziemassvētku kauss daudzciņās 2025**  
**PROGRAMMA**  
**22.12.2025.**

<b>12:00</b>	60 m/b	U15 S 5-cīņa	<b>12:30</b>	Augstlēcšana	U15 S 5-cīņa
<b>12:20</b>	60 m/b fināls	U19 V	<b>14:00</b>	Augstlēcšana	U17+U19 S
<b>12:25</b>	60 m/b fināls	U17 V	<b>15:40</b>	Augstlēcšana	U17+U19 V
<b>12:40</b>	60 m/b fināls	U19 S	<b>17:00</b>	Augstlēcšana	U15 V 7-cīņa
<b>12:45</b>	60 m/b fināls	U17 S	<b>18:00</b>	Augstlēcšana	U17+U19 V 7-cīņa
<b>12:55</b>	60 m	U15 V 7-cīņa			
<b>13:05</b>	60 m pr-ni	U19 V	<b>13:30</b>	Tāllēcšana	U15 V 7-cīņa
<b>13:25</b>	60 m pr-ni	U17 V	<b>14:20</b>	Tāllēcšana	U17 V 7-cīņa
<b>13:50</b>	60 m	U17 V 7-cīņa	<b>15:10</b>	Tāllēcšana	U19 V 7-cīņa
<b>14:05</b>	60 m pr-ni	U19 S	<b>16:00</b>	Tāllēcšana	U15 S 5-cīņa
<b>14:20</b>	60 m pr-ni	U17 S	<b>16:50</b>	Tāllēcšana	U17 S
<b>14:40</b>	60 m	U19 V 7-cīņa	<b>17:50</b>	Tāllēcšana	U19 S
<b>14:50</b>	60 m fināls	U19 V	<b>18:50</b>	Tāllēcšana	U17 V
<b>14:55</b>	60 m fināls	U17 V	<b>19:50</b>	Tāllēcšana	U19 V
<b>15:00</b>	60 m fināls	U19 S			
<b>15:05</b>	60 m fināls	U17 S	<b>12:00</b>	Lodes grūšana	U19 V
<b>15:30</b>	1000 m	U19 V	<b>13:20</b>	Lodes grūšana	U19 S
<b>15:40</b>	1000 m	U17 V	<b>14:15</b>	Lodes grūšana	U15 S 5-cīņa
<b>15:55</b>	1000 m	U19 S	<b>15:15</b>	Lodes grūšana	U15 V 7-cīņa
<b>16:00</b>	1000 m	U17 S	<b>16:00</b>	Lodes grūšana	U17 V 7-cīņa
<b>16:20</b>	30000 m soļošana	U19 S+U19 V	<b>16:40</b>	Lodes grūšana	U19 V 7-cīņa
<b>17:00</b>	400 m	U19 V	<b>17:30</b>	Lodes grūšana	U17 V
<b>17:15</b>	400 m	U17 V	<b>18:50</b>	Lodes grūšana	U17 S
<b>17:45</b>	800 m	U15 S 5-cīņa			
<b>18:00</b>	400 m	U19 S	<b>12:00</b>	Kārslēcšana	U17 S
<b>18:15</b>	400 m	U17 S			

**“Ziemassvētku kauss 2025” vieglatlētikā**  
**Ziemassvētku kauss daudzciņās 2025**  
**PROGRAMMA**  
**23.12.2025.**

<b>11:00</b>	60 m/b	U19 S 5-cīņa	<b>11:15</b>	Kārslēkšana	U13S+ U13V+U15S 1.80-1.90-2.00-2.10 utt.
<b>11:07</b>	60 m/b	U17 S 5-cīņa	<b>13:00</b>	Kārslēkšana	U15 V 7-cīņa
<b>11:15</b>	60 m/b fināls	U15 V	<b>14:40</b>	Kārslēkšana	U17 V 7-cīņa
<b>11:25</b>	60 m/b pr-ni	U13 V	<b>16:20</b>	Kārslēkšana	U19 V 7-cīņa
<b>11:40</b>	60 m/b pr-ni	U15 S			
<b>11:50</b>	60 m/b pr-ni	U13 S			
<b>12:05</b>	60 m/b fināls	U13 V			
<b>12:15</b>	60 m/b fināls	U15 S			
<b>12:20</b>	60 m/b fināls	U13 S			
<b>12:30</b>	60 m/b	U15 V 7-cīņa	<b>11:40</b>	Augstlēkšana	U17+U19 S 5-cīņa
<b>12:40</b>	60 m pr-ni	U15 V	<b>13:00</b>	Augstlēkšana	U15 V 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.63 utt.
<b>13:05</b>	60 m pr-ni	U13 V	<b>14:30</b>	Augstlēkšana	U13 V 1.20-1.25-1.30-1.35-1.38 utt.
<b>13:35</b>	60 m pr-ni	U15 S	<b>16:15</b>	Augstlēkšana	U15 S 1.25-1.30-1.35-1.40-1.45-1.48 utt.
<b>14:10</b>	60 m/b	U17 V 7-cīņa	<b>17:50</b>	Augstlēkšana	U13 S 1.15-1.20-1.25-1.30-1.35-1.38 utt.
<b>14:20</b>	60 m pr-ni	U13 S			
<b>14:45</b>	60 m fināls	U15 V			
<b>14:50</b>	60 m fināls	U13 V			
<b>14:55</b>	60 m fināls	U15 S			
<b>15:00</b>	60 m fināls	U13 S			
<b>15:15</b>	60 m/b	U19 V 7-cīņa			
<b>15:40</b>	1000 m	U15 V 7-cīņa	<b>11:15</b>	Tāllēkšana	U15 S
<b>15:45</b>	1000 m	U15 V	<b>13:30</b>	Tāllēkšana	U15 V
<b>16:00</b>	1000 m	U13 V	<b>15:10</b>	Tāllēkšana	U17+U19 S 5-cīņa
<b>16:15</b>	1000 m	U15 S	<b>16:00</b>	Tāllēkšana	U13 S 1.plūsma
<b>16:30</b>	1000 m	U13 S	<b>17:15</b>	Tāllēkšana	U13 S 2.plūsma
<b>16:40</b>	800 m	U17+U19 S 5-cīņa	<b>18:50</b>	Tāllēkšana	U13 V
<b>16:50</b>	1000 m	U17 V 7-cīņa			
<b>17:00</b>	200 m	U15 S			
<b>18:10</b>	1000 m	U19 V 7-cīņa	<b>11:00</b>	Lodes grūšana	U15 S
<b>18:20</b>	200 m	U15 V	<b>13:30</b>	Lodes grūšana	U17+U19 S 5-cīņa
<b>18:50</b>	200 m	U13 S	<b>14:15</b>	Lodes grūšana	U13 S
<b>19:50</b>	200 m	U13 V	<b>16:00</b>	Lodes grūšana	U13 V
			<b>17:40</b>	Lodes grūšana	U15 V

**Piezīmes:**

**Tāllēkšana** – U13 grupā visiem dalībniekiem 4 mēģinājumi.

**Lodes grūšana** – U13 grupā visiem dalībniekiem 2+2 mēģinājumi.

U15 grupā priekšsacīkstēs 3 mēģinājumi pēc kārtas.