

“Ziemassvētku kauss 2025” vieglatlētikā
Ziemassvētku kauss daudzcīņās 2025
PROGRAMMA
22.12.2025.

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

12:30	Augstlēcšana	U15 S 5-cīņa
14:00	Augstlēcšana	U17+U19 S 1.35-1.40-1.45-1.50-1.54-1.58-1.62-1.66-1.69 utt.
15:40	Augstlēcšana	U17+U19 V 1.50-1.55-1.60-1.65-1.70-1.74-1.78-1.82-1.85 utt.
17:00	Augstlēcšana	U15 V 7-cīņa
18:00	Augstlēcšana	U17+U19 V 7-cīņa

13:30	Tāllēcšana	U15 V 7-cīņa
14:20	Tāllēcšana	U17 V 7-cīņa
15:10	Tāllēcšana	U19 V 7-cīņa
16:00	Tāllēcšana	U15 S 5-cīņa
16:50	Tāllēcšana	U17 S
17:50	Tāllēcšana	U19 S
18:50	Tāllēcšana	U17 V
19:50	Tāllēcšana	U19 V

12:00	Lodes grūšana	U19 V
13:20	Lodes grūšana	U19 S
14:15	Lodes grūšana	U15 S 5-cīņa
15:15	Lodes grūšana	U15 V 7-cīņa
16:00	Lodes grūšana	U17 V 7-cīņa
16:40	Lodes grūšana	U19 V 7-cīņa
17:30	Lodes grūšana	U17 V
18:50	Lodes grūšana	U17 S

12:00 Kārslēcšana U17 S

‘‘Ziemassvētku kauss 2025’’ vieglatlētikā

Ziemassvētku kauss daudzciņās 2025

PROGRAMMA

23.12.2025.

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