

PROGRAMMA
1.DIENA

	U14 meitenes	U14 zēni	U16 meitenes	U16 zēni
12:55	SACENSĪBU ATKLAŠANA			
13:00			Trīssollēkšana	110 m/b priekšskrējieni
13:10	Lodes grūšana 1.plūsma			
13:15				Šķēpa mešana
13:20			100 m/b priekšskrējieni	
13:40		80 m/b priekšskrējieni		
14:00	80 m/b priekšskrējieni			
14:15	Lodes grūšana 2.plūsma + fināls			
14:30			100 m priekšskrējieni	
14:55				100 m priekšskrējieni
14:55				Trīssollēkšana
15:00			Šķēpa mešana	
15:15	80 m priekšskrējieni			
15:40		80 m priekšskrējieni		
15:45		Lodes grūšana		
16:10				110 m/b fināls
16:20			100 m/b fināls	
16:30	Tāllēkšana 1. un 2. sektors	80 m/b fināls		
16:40	80 m/b fināls			
16:50		Šķēpa mešana	100 m fināls	
16:55				100 m fināls
17:00	80 m fināls			
17:05		80 m fināls		
17:15			2000 m	
17:20			Lodes grūšana	
17:35				2000 m
17:55			400 m	
18:00		Tāllēkšana 1. un 2. sektors		
18:20				400 m
18:30	Šķēpa mešana			
18:50	1000 m			Lodes grūšana
19:10		1000 m		
19:35			4x100 m	
19:45				4x100 m
19:55	4x100 m			
20:05		4x100 m		

Platonē stadions	16:00		Vesera mešana	
	17:20			Vesera mešana

Atspēriena dēļi trīssollēkšanā (zīmētie):

S U16: 8 un 10m

V U16: 9 un 10m

Atspēriena dēlītis U14 grupā tāllēkšanā: 2m (zīmētais)

Personīgie rīki jānodod sacensību sekretariātā ne vēlāk kā 1h pirms starta.

Latvijas U14 un U16 čempionāts 2023
29.-30.06.2023., Jelgava



PROGRAMMA

2.DIENA

	U14 meitenes	U14 zēni	U16 meitenes	U16 zēni
10:00	2000 m sološana	2000 m sološana		
10:10	Augstlēcšana			
10:15			Tāllēcšana	
10:20		Diska mešana		Kārslēcšana
10:25			3000 m sološana	3000 m sološana
11:00			300 m/b	
11:25				300 m/b
11:30	Diska mešana			
11:55	300 m			
12:00		Augstlēcšana		
12:05				Tāllēcšana
12:20			Kārslēcšana	
12:25		300 m		
13:00			200 m priekšskrējieni	
13:10				Diska mešana
13:25				200 m priekšskrējieni
13:50			Augstlēcšana	
14:00	Kārslēcšana	Kārslēcšana	1500 m/šķ	
14:15				1500 m/šķ
14:40			800 m	
15:00			Diska mešana	800 m
15:20			200 m fināls	
15:25				200 m fināls
15:30				Augstlēcšana
15:35	2000 m			
15:55		2000 m		
16:20			Mazā zviedru stafete	
16:30				Mazā zviedru stafete

Augstlēcšana:

S U14: 1.32-1.37-1.42-1.46-1.49-1.52-1.55-1.57...

V U14: 1.32-1.37-1.42-1.47-1.51-1.55-1.58-1.61-1.63...

S U16: 1.43-1.48-1.53-1.57-1.60-1.63-1.66-1.68...

V U16: 1.52-1.57-1.62-1.67-1.72-1.76-1.79-1.82-1.84...

Kārslēcšana:

S U14, V U14: 2.00 - 2.15 - 2.25 - 2.35 - 2.45 - 2.55-2.65-2.75-2.85-2.90...

S U16: 2.10-2.25-2.35-2.45-2.55-2.65-2.75...

V U16: 2.10-2.25-2.40-2.55-2.70-2.85-2.95-3.05-...

Personīgie rīki jānodod sacensību sekretariātā ne vēlāk kā 1h pirms starta.