

Jūrmalas Rudens daudzciņas 2024 (projekts)

Programma

07.09.2024

Jaunietēm

| | |
|-------|-----------------|
| 10 00 | 100 m /b |
| 10 30 | augstlēcšana |
| 11 30 | lodes grūšana |
| 12 00 | 200 m skrējiens |
| 13 00 | Tāllēcšana |
| 13 30 | Šķēpa mešana |
| 14 00 | 800 m skrējiens |

Jaunieši

| | |
|-------|-----------------------|
| 10 10 | 100 m skrējiens |
| 10 30 | tāllēcšana |
| 11 00 | lodes grūšana |
| 11 30 | augstlēcšana |
| 12 10 | 400 m skrējiens |
| 13 00 | 110 m barjerskrējiens |
| 13 30 | d/m |
| 14 00 | k/l |
| 14 30 | š/m |
| 15 00 | 1500 m |

Pl.15 30 stafetes visām vecuma grupām.

Apbalvošana 15` pēc pēdējā veida.

Sešcīņa U-14 un U-12 vecuma grupās meitenēm un zēniem

| | |
|------------------------|---|
| 10 00 | tāllēkšana meitenēm, šķēpa mešana zēniem 3 mēģinājumi pēc kārtas |
| 10 30 | 60 m skrējiens |
| 11 00 | šķēpa mešana meitenēm, tāllēkšana zēniem |
| 12 00 augstlēkšanā. | Augstlēkšana meitenēm, lodes grūšana zēniem pēc tam mainās vietām. Divi sektori |
| 13 30 | 300 m skrējiens meitenēm, zēniem. |

Starta laiki var mainīties atkarībā no apstākļiem!