

VALMIERAS SPĒLES 2026

SACENSĪBU PROGRAMMA

14.07.2026.



m - girls, z - boys

12:00	100 m pr-ni	U14 m	12:00	Lodes grūšana	U18+U20 m
12:35	100 m pr-ni	U14 z	12:50	Lodes grūšana	U18+U20 z
13:00	100 m pr-ni	U16 m	13:45	Lodes grūšana	U16 m
13:35	100 m pr-ni	U16 z	15:20	Lodes grūšana	U16 z
14:00	100 m pr-ni	U18+U20 m	16:30	Lodes grūšana	U14 m
14:20	100 m pr-ni	U18+U20 z	18:00	Lodes grūšana	U14 z
14:55	1000 m	U14 m	U14 grupa – 2 + 2 mēģinājumi		
15:05	1000 m	U14 z			
15:25	80 m/b pr-ni	U14 m			
15:50	80 m/b fināls	U14 z			
16:15	100 m/b pr-ni	U16 m	12:00	Augstlēcšana	U14 m
16:35	110 m/b fināls	U16 z		1.20 -1.25-1.30-1.35-1.40- 1.43 utt.	
16:50	100 m fināls	U14 m	14:00	Augstlēcšana	U14 z
16:55	100 m fināls	U14 z		1.25-1.30-1.35-1.40-1.45-1.48 utt.	
17:00	100 m fināls	U16 m	15:40	Augstlēcšana	U18+U20 m
17:05	100 m fināls	U16 z		1.35-1.40-1.45-1.50-1.53 utt.	
17:10	100 m fināls	U18+U20 m	17:20	Augstlēcšana	U18+U20 z
17:15	100 m fināls	U18+U20 z		1.50-1.55-1.60-1.65-1.70-1.75-1.78 utt.	
17:30	1500 m	U16 m			
17:40	1500 m	U16 z			
18:00	1500 m	U18+U20 m			
18:10	1500 m	U18+U20 z			
18:30	80 m/b fināls	U14 m	Finālā 6 dalībnieces!		
18:45	100 m/b fināls	U16 m			
19:10	400 m	U16 m			
19:25	400 m	U16 z			
19:35	400 m	U18+U20 m			
19:45	400 m	U18+U20 z			
20:10	4x100 m	U18+U20 + U16+ U14 m	/Pieteikšanās līdz 18:00/		
20:20	4x100 m	U18+U20 + U16 + U14 z	/Pieteikšanās līdz 18:00/		

VALMIERAS SPĒLES 2026

SACENSĪBU PROGRAMMA

15.07.2026.



m - girls, z - boys

11:00	300 m	U14 m
11:35	300 m	U14 z
12:10	200 m pr-ni	U16 m
12:55	200 m pr-ni	U16 z
13:20	200 m pr-ni	U18+U20 m
13:50	200 m pr-ni	U18+U20 z
14:20	800 m	U16 m
14:35	800 m	U16 z
14:45	800 m	U18+U20 m
14:55	800 m	U18+U20 z
15:20	200 m fināls	U16 m
15:25	200 m fināls	U16 z
15:30	200 m fināls	U18+U20 m
15:35	200 m fināls	U18+U20 z
16:00	2000 m	U14 m
16:20	2000 m	U14 z

11:00	Tāllēkšana	U18+U20 z
12:10	Tāllēkšana	U18+U20 m
13:40	Tāllēkšana	U16 z
15:20	Tāllēkšana	U16 m

11:00	Kārtslēkšana	1.plūsma 1.80-1.90-2.00-2.10 utt.
13:00	Kārtslēkšana	2.plūsma 2.30-2.40-2.50-2.60 utt.
14:45	Kārtslēkšana	3.plūsma 3.30-3.40-3.50-3.60 utt.

1.plūsmā startē visi U14 grupas dalībnieki.

U16 un U18+U20 var izvēlēties plūsma kurā startēt.

11:30	Diska mešana	U16 z
13:00	Diska mešana	U16 m
14:20	Diska mešana	U18+U20 m
15:30	Diska mešana	U18+U20 z
16:30	Diska mešana	U14 m + U14 z

U14 grupa – 2 + 2 mēģinājumi