**PROEKTS Sacensību programma**

**Višķi stadions 24.08.2019. plkst.11:00**

**10:45 Čempionāta atklāšana**

***Skrējieni, soļošana***

11:00 800m sievietēm( no 1. – 2.vec. gr.)

11:10 800m vīriešiem( no 1. – 2.vec. gr.)

11:25 3000 m soļošana vīriešiem ( no 1. – 2.vec. gr.)

12:00 100 m sievietēm ( no 1. – 2.vec. gr.)

12:10 100 m vīriešiem ( no 1. - 2. vec. gr.)

APBALVOŠANA

12:30 3000m soļošana sievietēm ( no 1. - 2. vec. gr.)

13:10 3000m skrējiens sievietēm( no 1. – 2.vec. gr.)

13:35 5000 m skrējiens vīriešiem ( no 1. – 2.vec. gr.)

14:10 400 m skrējieni sievietēm ( no 1. – 2.vec. gr.)

14:15 400 m skrējieni vīriešiem ( no 1. – 2.vec. gr.)

APBALVOŠANA

***Tehniskie veidi***

11:00 lodes grūšana vīriešiem ( no 1. – 2.vec. gr.)

11:00 šķēpa mešana sievietēm ( no 1. – 2.vec. gr.) 11:10 augstlēkšana vīriešiem ( no 1. – 2.vec. gr.)

12:00 lodes grūšana sievietēm ( no 1. – 2.vec. gr.) 11:10 augstlēkšana sievietēm ( no 1. – 2.vec. gr.)

12:00 šķēpa mešana vīriešiem ( no 1. – 2.vec. gr.) 12:30 tāllēkšana vīriešiem ( no 1. – 2.vec. gr.)

13:00 diska mešana vīriešiem ( no 1. – 2.vec. gr.) 12:30 tāllēkšana sievietēm ( no 1. – 2.vec. gr.)

14:00 diska mešana sievietēm ( no 1. – 2.vec. gr.) 13:30 trīssoļlēkšana vīriešiem ( no 1.–2.vec. gr.)

13:30 trīssoļlēkšana sievietēm ( no 1.–2.vec.gr.)

Sacensību galvenais tiesnesis: Ināra Fjodorova