



Latvijas čempionāts un
Latvijas U23 čempionāts 2024
(29.-30.06.2024., Valmiera)

PROGRAMMA (PROJEKTS)

1. DIENA

LAIKS	SIEVIETES	VĪRIEŠI
13:30	Vesera mešana	Vesera mešana
14:40	Kārslēkšana	
15:00	Sacensību atklāšana	
15:10		100 m (10-cīņa)
15:25	100 m/b (7-cīņa)	Lodes grūšana
15:40	100 m/b priekšskrējieni	Tāllēkšana (10-cīņa)
15:55		110 m/b priekšskr.
16:00	Augstlēkšana (7-cīņa)	
16:15	100 m priekšskrējieni	
16:30		100 m priekšskrējieni
16:40	Tāllēkšana	
16:50	3000 m/šķ.	Lodes grūšana (10-cīņa)
17:00	Šķēpa mešana	
17:10		3000 m/šķ.
17:35	100 m/b fināls	
17:45	Lodes grūšana (7-cīņa)	110 m/b fināls
17:55	100 m fināls	Augstlēkšana (10-cīņa)
18:00		100 m fināls
18:10	400 m	
18:20		400 m
18:30		Tāllēkšana
18:35	1500 m	Šķēpa mešana
18:40	Lodes grūšana	
18:45		1500 m
19:00	200 m (7-cīņa)	
19:20		400 m (10-cīņa)
19:30	4x100 m	
19:40		4x100 m



Latvijas čempionāts un
Latvijas U23 čempionāts 2024
(29.-30.06.2024., Valmiera)

PROGRAMMA (PROJEKTS)

2. DIENA

LAIKS	SIEVIETES	VĪRIEŠI
9:30		110 m/b (10-cīņa)
10:00	10000 m soļošana	10000 m soļošana
10:10		Diska mešana (10-cīņa)
11:20		Diska mešana
11:40		Kārslēkšana (10-cīņa)
11:45	400 m/b	
11:50	Tāllēkšana (7-cīņa)	
12:00		400 m/b
12:00		Augstlēkšana
12:20	5000 m	
12:30	Diska mešana	
12:50	200 m priekšskrējieni	
13:00		Trīsoļlēkšana
13:10		200 m priekšskrējieni
13:30		5000 m
13:40	Šķēpa mešana (7-cīņa)	Kārslēkšana
13:50	Augstlēkšana	
14:00	800 m	
14:15		800 m
14:20	Trīsoļlēkšana	
14:30		Šķēpa mešana (10-cīņa)
14:45	200 m fināls	
14:55		200 m fināls
15:15	800 m (7-cīņa)	
15:30		1500 m (10-cīņa)
15:45	4x400 m jauktā stafete	