***SS "Arkādija" atklātās ziemas sacensības vieglatlētikā***

***U 14 vecuma grupai***

***RSM - 24.01.2018.***

***Sacensību programma***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Laiks*** | ***Zēni*** | ***Meitenes*** |
| ***15.00*** |  | 60 m priekšskrējieni |
| ***15.15*** | Tāllēkšana |  |
| ***16.00*** | 60 m priekšskrējieni |  |
| ***16.40*** |  | 60 m/b priekšskrējieni(12,00 – 7,50 – 76,2) |
| ***16.45*** |  | Tāllēkšana (1.plūsma) |
| ***16.55*** | 60 m/b priekšskrējieni(13,00 – 7,50 – 76,2) |  |
| ***17.15*** |  | 60m finālskrējiens |
| ***17.20*** | 60m finālskrējiens |  |
| ***17.30*** |  | 60 m/b finālskrējiens |
| ***17.40*** | 60 m/b finālskrējiens |  |
| ***18.00*** |  | 300 m |
| ***18.10*** |  | Tāllēkšana (2.plūsma) |
| ***18.15*** |  | Lodes grūšana |
| ***18.30*** |  | Augstlēkšana |
| ***19.00*** | 300 m |  |
| ***19.30*** | Lodes grūšana |  |
| ***19.40*** | Augstlēkšana | 1000 m |
| ***19.50*** | 1000 m |  |
| ***20.00*** |  | 4x160 m stafete |
| ***20.15*** | 4x160 m stafete |  |

**Sacensību nosacījumi**

Augstlēkšana.

Meitenēm - sākuma augstums 1,10 (pacēlumi pa 5cm līdz 1,40; pacēlumi pa 3cm līdz 1,51; tālāk pa 2cm)

Zēniem - sākuma augstums 1,20 (pacēlumi pa 5cm līdz 1,45; pacēlumi pa 3cm līdz 1,57; tālāk pa 2cm).

Pulcēšanas vietā jāierodas :

Skriešanas disciplīnās **10 minūtes** pirms starta

Pārējās disciplīnās **25 minūtes** pirms starta

Stafešu komandu vārdiskus sastāvus iesniegt sekretariātā ne vēlāk, kā 1 stundu līdz startam.

Citi sacensību nosacījumi saskaņā ar nolikumu un IAAF noteikumiem.