



מעודכן 12.4.2018

ליגת נוער (מח' 3) וקדטים (מח' 4)

יום שני, 16.4.2018 – אצטדיון האתלטיקה בהדר-יוסף, תל-אביב

מנהל התחרות: עופר ישראלי 050-5760104; אחראי טכני: אמיתי אלמוג 052-3460053
 שופט ראשי מקצועות שדה: מיכאל כספין 052-3432262; שופט ראשי ריצות: עמית נאמן 054-4349514

לוח זמנים

| שעה | נוער | קדטים | נערות | קדטיות |
|-------|-----------------|-----------------|---------------|---------------|
| 15:50 | קפיצה במוט | קפיצה במוט | | 400 מ' משוכות |
| 15:55 | קפיצה משולשת | קפיצה משולשת | זריקת דיסקוס | זריקת דיסקוס |
| 16:10 | | | 400 מ' משוכות | |
| 16:25 | | 400 מ' משוכות | | |
| 16:45 | 400 מ' משוכות | | | |
| 17:05 | | הדיפת כדור ברזל | | 200 מ' |
| 17:30 | | 200 מ' | | |
| 17:45 | | 200 מ' | | |
| 18:05 | | קפיצה במוט | קפיצה במוט | קפיצה במוט |
| 18:10 | | קפיצה משולשת | קפיצה משולשת | קפיצה משולשת |
| 18:15 | 200 מ' | | | |
| 18:25 | הדיפת כדור ברזל | | | |
| 18:35 | | 800 מ' | | |
| 18:55 | 800 מ' | | | |
| 19:10 | | | | 800 מ' |
| 19:25 | | 800 מ' | | |
| 19:40 | | 100X4 מ' | | |
| 19:50 | 100X4 מ' | | | |
| 20:00 | | 100X4 מ' | | |
| 20:10 | | | | 100X4 מ' |
| 20:30 | | | 800 מ' נשים | |
| 20:40 | 3000 מ' גברים | | | |

הערות:

1. ייתכנו שינויים בלוחות הזמנים בהתאם לכמות הנרשמים. ההרשמה לתחרות תתבצע באתר האיגוד, לא יאוחר מה- 10.4.18, בשעה 09:00.
2. חובה להופיע לתחרות עם מספר חזה בתוקף לעונת 2018
3. בתחרות יכולים להשתתף רק אתלטים/ות הרשומים/ות באיגוד האתלטיקה הישראלי ועברו בדיקה רפואית כמתחייב בחוק
4. במקצועות הזריקה והקפיצות האופקיות יינתנו לכל משתתף/ת 3 ניסיונות. רק 3 הראשונים/ות (אחרי 3 ניסיונות), בכל מקצוע יקבלו 3 ניסיונות נוספים
5. חובה על כל האגודות להופיע עם תלבושת (חולצה) אחידה של האגודה **ולהציב שני עוזרי שיפוט מטעמה!**
6. מידות, גבהים ומשקלים:

נוער

גובה משוכות – 91.4 ס"מ, כדור ברזל – 6 ק"ג
 קפיצה במוט – גובה התחלתי 3.40 (הרף יוגבה בכל פעם ב-10 ס"מ)

נערות

גובה משוכות – 76.2 ס"מ, דיסקוס – 1 ק"ג
 קפיצה במוט – גובה התחלתי 2.40 (הרף יוגבה בכל פעם ב-10 ס"מ)

קדטים

גובה משוכות – 91.4 ס"מ, כדור ברזל – 5 ק"ג
 קפיצה במוט – גובה התחלתי 2.40 (הרף יוגבה בכל פעם ב-10 ס"מ)



קדטיות

גובה משוכות – 76.2 ס"מ, דיסקוס – 1 ק"ג
קפיצה במוט – גובה התחלתי 2.00 (הרף יוגבה בכל פעם ב-10 ס"מ)