



ליגת מרכזי מצוינות ילדים 13-15 - מחזור 4

יום שלישי, 26.3.2019 – אצטדיון האתלטיקה בהדר-יוסף, תל-אביב

מנהל תחרות: פרדי גולדשטיין
שופט ראשי: עמית נאמן
אחראי טכני: מיכאל כספין

לוח זמנים

שעה	ילדים 15	ילדים 13	ילדות 15	ילדות 13
15:30	קפיצה לגובה	הדיפת כדור ברזל	זריקת כדור הוקי	60 מ' משוכות
16:00		60 מ' משוכות		
16:15			קפיצה לרוחק	
16:30			60 מ' משוכות	
17:05	60 מ' משוכות	קפיצה לגובה	זריקת כדור הוקי	
17:40	הדיפת כדור ברזל	300 מ'	קפיצה לרוחק	
18:15				300 מ'
18:50			300 מ'	
19:25	300 מ'			

הערות

- * בתחרות רשאים להשתתף רק אתלטים הרשומים באיגוד האתלטיקה (הן מאגודות האתלטיקה והן ממרכזי המצוינות), ואשר עברו בדיקה רפואית בהתאם למתחייב בחוק הספורט
- * על כל המשתתפים בתחרות חלה חובת השתתפות עם מספר חזה של איגוד האתלטיקה בישראל בתוקף לעונת 2019.
- * לוח הזמנים עשוי להשתנות במקצת בהתאם לכמות המשתתפים שיירשמו לתחרות.
- * חובה על האגודות להופיע לתחרות עם תלבושת (חולצה) אחידה של המרכז/אגודה.
- * ההרשמה מתבצעת באתר האיגוד, לא יאוחר מ-24.3.19, בשעה 12:00.
- * במקצועות הזריקה והקפיצות האופקיות יינתנו לכל משתתף/ת 3 ניסיונות. רק ל-3 הראשונים/ות בסיום 3 הניסיונות הללו, יינתנו 3 ניסיונות נוספים.

מידות וגבהים

ילדים 15

60 מ' משוכות: גובה משוכות 83.8 ס"מ, מרחק למשוכה ראשונה 13 מ', מרחק בין המשוכות 8.20 מ'
קפיצה לגובה: התחלתי 1.30 מ'. הרף יועלה כל פעם ב-5 ס"מ עד להישארותם של 3 משתתפים או עד לגובה 1.60 מ'. לאחר מכן יוגבה הרף ב-3 ס"מ כל פעם
כדור ברזל: 4 ק"ג

ילדים 13

60 מ' משוכות: גובה משוכות 76.2 ס"מ, מרחק למשוכה ראשונה 12 מ', מרחק בין המשוכות 7.50 מ'
קפיצה לגובה: התחלתי 1.20 מ'. הרף יועלה כל פעם ב-5 ס"מ עד להישארותם של 3 משתתפים או עד לגובה 1.40 מ'. לאחר מכן יוגבה הרף ב-3 ס"מ כל פעם.
כדור ברזל: 3 ק"ג

ילדות 15

60 מ' משוכות: גובה משוכות 76.2 ס"מ, מרחק למשוכה ראשונה 12 מ', מרחק בין המשוכות 7.70 מ'
כדור ברזל: 3 ק"ג

ילדות 13

60 מ' משוכות: גובה משוכות 68 ס"מ, מרחק למשוכה ראשונה 12 מ', מרחק בין המשוכות 7 מ'