



איגוד האתלטיקה בישראל

רח' שטרית 10 ת"א 69482, ת.ד. 24190 ת"א 61241, טל: 03-6486256 פקס: 03-6486255

iaa@internet-zahav.net

www.iaa.co.il

ליגות אצנים, קופצים וזורקים – מחזור ב'

יום רביעי 17.2.2010 – אצטדיון הדר-יוסף

להלן לוח זמנים והנחיות למחזור הראשון של ליגות אצנים, קופצים וזורקים, מחזור ב'.

בעלי תפקידים:

מנהל תחרות: ז'ק כהן כרוז: אורי ירון מזכירות: דנה עקיבא

לוח זמנים:

שעה	גברים	נוער	נשים	נערות
16: 00			זריקת דיסקוס	זריקת דיסקוס
16: 05			קפיצה במוט	קפיצה במוט
16: 15			קפיצה לרוחק	קפיצה לרוחק
16: 30		60 מ'		
16: 50	60 מ'			
16: 55	זריקת דיסקוס	זריקת דיסקוס		
17: 00			60 מ'	
17: 20			60 מ'	
17: 35	קפיצה משולשת	קפיצה משולשת		
17: 35		200 מ'		
17: 40	קפיצה במוט	קפיצה במוט		
17: 50			200 מ'	
18: 00	200 מ'		יידוי פטיש	יידוי פטיש
18: 20		200 מ'		
18: 50	יידוי פטיש	יידוי פטיש		

הערות:

- שינויים בלוח הזמנים יתכנו בהתאם לכמות הנרשמים.
- במקצועות השדה יינתנו לכל אתלט/ית 3 ניסיונות.
- בתחרות יכולים להשתתף אתלטים הרשומים באיגוד האתלטיקה ועברו בדיקה רפואית כמתחייב מחוק הספורט.
- חובה להשתתף עם מספר חזה שנתי.

מידות ומשקולות למקצועות התחרות:

בוגרים: ברזל - 7.25 ק"ג. דיסקוס - 2 ק"ג. פטיש - 7.25 ק"ג. כידון - 800 גר'.
נוער: ברזל - 6 ק"ג. דיסקוס - 1.75 ק"ג. פטיש - 6 ק"ג. כידון - 800 גר'.
נשים: ברזל - 4 ק"ג. דיסקוס - 1 ק"ג. פטיש - 4 ק"ג. כידון - 600 גר'.
נערות: ברזל - 4 ק"ג. דיסקוס - 1 ק"ג. פטיש - 4 ק"ג. כידון - 600 גר'.