



# 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

## ליגת נוער – מחזור ראשון ליגת קדטים – מחזור ראשון יום רביעי 24.3.2010 – אצטדיון הדר-יוסף

בעלי תפקידים:

מנהל תחרות: ז'ק כהן חלוקה למקצים: רפי גרודצקי אחראי טכני: צבי אפשטיין כרוז: אורי ירון

לוח זמנים:

שעה	נוער	קדטים	נערות	קדטיות
15: 50	קפיצה במוט	קפיצה במוט		100 מ'
16: 00	יידוי פטיש	יידוי פטיש		
16: 10			הטלת כידון	
16: 15			100 מ'	
16: 35		100 מ'		
16: 55			הטלת כידון	
17: 00	100 מ'			
17: 20				1,500 מ'
17: 35	הדיפת כדור ברזל	1,500 מ'	1,500 מ'	
17: 45		1,500 מ'	קפיצה במוט	קפיצה במוט
18: 05	1,500 מ'			
18: 15				400 מ'
18: 25		הדיפת כדור ברזל		
18: 35			400 מ'	
18: 45		400 מ'		
18: 50			קפיצה לגובה	קפיצה לגובה
19: 10	400 מ'			
19: 30		100X4 מ'		
19: 40				100X4 מ'
19: 50				100X4 מ'
20: 00				100X4 מ'

הערות:

- שינויים בלוח הזמנים יתכנו בהתאם לכמות הנרשמים.
- במקצועות הזריקה והקפיצה יינתנו לכל אתלט/ית 3 ניסיונות.
- בתחרות יכולים להשתתף אתלטים הרשומים באיגוד האתלטיקה ועברו בדיקה רפואית כמתחייב מחוק הספורט.
- המועד האחרון להרשמה הינו עד יום שישי 19.3.2010

להלן מידות ומשקולות למקצועות התחרות:

נוער:

קפיצה במוט: גובה התחלתי 2.90 מ', ואח"כ כל 10 ס"מ... ברזל: 6.5 ק"ג. פטיש: 6.5 ק"ג.

קדטים:

קפיצה במוט: 2.90 מ', ואח"כ כל 10 ס"מ... ברזל: 5 ק"ג. פטיש: 5 ק"ג.

נערות:

קפיצה לגובה: גובה התחלתי 1.25 מ' ואח"כ כל 5 ס"מ... קפיצה במוט: גובה התחלתי 2.30 מ', ואח"כ כל 10 ס"מ... כידון: 600 גר'.

קדטיות:

קפיצה לגובה: גובה התחלתי 1.25 מ' ואח"כ כל 5 ס"מ... קפיצה במוט: גובה התחלתי 2.30 מ', ואח"כ כל 10 ס"מ... כידון: 600 גר'.