



السادة رؤساء النوادي و الجمعيات الرياضية

الموضوع : دعوة للمشاركة في تظاهرة رياضية

يسرنا دعوتكم للمشاركة في:

الدور النصف النهائي الجهوي على المضمار أقل من 13-14-15 سنة

الذي سينظم يوم **الأحد 03 ماي 2026**

بمركز إعداد و تكوين رياضي النخبة بقابس

تجمع الحكام : 8:00

شروط المشاركة:

- إجبارية الإجازة للموسم الرياضي 2025 - 2026
- إجبارية زي الجمعية
- لكل عداء الحق في 4 محاولات في مسابقات الميدان .
- لكل جمعية حق المشاركة ب 4 عدائين في المسابقة الواحدة .
- كل عداء له حق المشاركة في مسابقة مضمار واحدة و ميدان واحدة مع تناوب .
- كل فريق له حق المشاركة بفريق واحد في التناوب في كل صنف
- في كل سباق سرعة مسموح بانطلاقة خاطئة واحدة
- ترشح الأربعة الأوائل في كل سباق للدور النهائي .
- إرسال تعهدات المشاركة قبل يوم الثلاثاء 30 أفريل 2026 على liguedegabes@gmail.com ولا يقبل أي تعهد بعد هذا التاريخ

و تفضلوا بقبول فائق عبارات الشكر و التقدير.

والسلام.

قابس في 13 أفريل 2026

رئيس الرابطة

بلقاسم بن عمر



liguedegabes@gmail.com



البرنامج الفني

U13 et U14 50m H – 60m – Longueur – Hauteur – Poids – Javelot – 1000m – 4*50m relais	U13 et U14 50m H – 60m – Longueur – Hauteur – Poids-Javelot 1000m – 4*50m relais
U15 (2012) 80m-80mH-longueur-hauteur-poids-disque-- 600m – 1200m - 4*50Mmixt.	U15 (2012) 80m-80mH-longueur-hauteur-poids-disque-- 600m – 1200m -4*50Mmixt.

البرنامج الزمني

القفز	الرمي	الجري	التوقيت	HJ
U14+ طويل اناث U13	جلة اناث	50م حواجز اناث U13	09:00	1
		50م حواجز ذكور U13	09:10	1
		50م حواجز اناث U14	09:20	1
		50م حواجز ذكور U14	09:30	1
U14 + طويل ذكور U13		80م حواجز اناث U15	09:40	1
	جلة ذكور	80م حواجز ذكور U15	09:50	1
		60م اناث U13	10:00	2
		60م ذكور U13	10:10	2
		60م اناث U14	10:20	2
	قرص اناث	60م ذكور U14	10:30	2
طويل ذكور U15		80م اناث U15	10:40	2
		80م ذكور U15	10:50	2
	قرص ذكور	600م اناث U15	11:00	3
		600م ذكور U15	11:10	3
		1000م اناث U13	11:20	3
	رمح اناث	1000م ذكور U13	11:30	3
طويل اناث U15		1000م اناث U14	11:40	3
		1000م ذكور U14	11:50	3
	رمح ذكور	1200م اناث U15	12:00	3
		1200م ذكور U15	12:10	3
		50م تتابع اناث U13	12:20	4
		50م تتابع اناث U14	12:35	4
		50م تتابع ذكور U13	12:50	4
		50م تتابع ذكور U14	13:05	4
		50م تتابع مختلط U15	13:20	4

