



اليوم التحضيري على المضمار 30 ديسمبر 2023

البرنامج الفني

الصف	فتيات	فتيان
U13+U14	50m H – 50m – Longueur – Poids –600m	50m H – 50m – Longueur – Poids –600m
U16	60m--200mh-600m- Longueur– Poids-	60m--200mh-600m- Longueur– Poids-
U18+U20+SE	60m--300m-600M– Longueur Poids-Disque – Javelot	60m--300m-600M– Longueur Poids-Disque – Javelot

البرنامج الزمني ليوم السبت 30 ديسمبر 2023

التوقيت	الجري	الرمي	القفز
9:30	50م حواجز اناث U14+U13	جلة اناث وذكور SE+U20+U18	طويل اناث وذكور SE+U20+U18
9:40	50م حواجز ذكور U14+U13		
9:50	60م اناث U16		
10:00	60م ذكور U16	جلة اناث وذكور U14+U13	
10:10	60م اناث U18		
10:20	60م ذكور U18		طويل اناث وذكور U14+U13
10:30	60م اناث U20	الرمح اناث وذكور SE+U20+U18	
10:40	60م ذكور U20		
10:50	60م اناث SE		
11:00	60م ذكور SE	جلة اناث وذكور U16	طويل اناث وذكور U16
11:10	50م اناث U14+U13		
11:20	50م ذكور U14+U13		
11:30	200م حواجز اناث U16	الصحن اناث وذكور SE+U20+U18	
11:40	200م حواجز ذكور U16		
11:50	600م اناث U14+U13+U16		
12:00	600م ذكور U14+U13+U16		
12:10	600م اناث U18+U20+SE		
12:20	600م ذكور U18+U20+SE		
12:30	300م U18+U20+SE		
12:40	300م U18+U20+SE		