



Tunis le :

N° :

تونس في :

عدد :

البرنامج الفني و الزمني لليوم الافتتاحي على المضمار
اقل من 16 و 18 و 20 سنة والكبريات والاكابر
(نابل / القيروان / قابس)

التاريخ : الاحد 28 ديسمبر 2025 .

مكان التنظيم : نابل – القيروان – قابس .

قانون المنافسة :

- الاستعراض بإجازة 2025-2026 لكل عداء.
- الحضور بحجرة المناداة قبل 30 دقيقة من كل سباق مع تثبيت الصدرية.
- ارتداء قمصان تحمل ألوان النادي.
- يمكن لكل جمعية تشريك اربعة عدائين في كل مسابقة.
- يشارك كل عداء في منافسة واحدة لا اكثر.
- نرجو منكم ارسال تعهدكم بالمشاركة مرقونا على ورقة Excel قبل يوم الخميس 2025/12/25 و بعد تحديد وجهتكم الى احد الرابطات الثلاث.

- نابل : ligueathlete@gmail.com

- القيروان : badiisouiden@gmail.com

- قابس : liguedegabes@gmail.com

• البرنامج الفني

ذكور	الصف	اناث
60م - 200م حواجز - 1000م - جلة - عالي	تحت 16	60م - 200م حواجز - 1000م - جلة - طويل
60م - 250م حواجز - 800م - 3000م - ثلاثي - عالي - رمح	تحت 18	60م - 250م حواجز - 800م - 3000م - ثلاثي - طويل - جلة
60م - 250م حواجز - 800م - 3000م - ثلاثي - عالي - رمح	تحت 20	60م - 250م حواجز - 800م - 3000م - ثلاثي - طويل - جلة
60م - 250م حواجز - 800م - 3000م - ثلاثي - عالي - رمح	اكابر	60م - 250م حواجز - 800م - 3000م - ثلاثي - طويل - جلة



Tunis le :

N° :

تونس في :

عدد :

8:30 تجمع الحكام.

• البرنامج الزمني

الرمي	القفز	الجري	الصنف	التوقيت
جلة تحت 16 سنة اناث + ذكور		200م حواجز	تحت 16 سنة اناث	09:00
		200م حواجز	تحت 16 سنة ذكور	09:10
		3000م	تحت 18 سنة اناث	09:20
	طويل تحت 16+20 سنة اناث ثلاثي تحت 18 سنة ذكور	3000م	تحت 18 سنة ذكور	09:35
		3000م	تحت 20 سنة اناث	09:50
جلة تحت 18 + 20 ذكور + اكابر	عالي تحت 16+18 سنة ذكور	3000م	تحت 20 سنة ذكور	10:05
		3000م	كبريات	10:20
		3000م	اكابر	10:35
		60م	تحت 16 سنة اناث	10:50
	طويل تحت 18 سنة اناث + كبريات ثلاثي 20 سنة ذكور + اكابر	60م	تحت 16 سنة ذكور	11:00
		60م	تحت 18 سنة اناث	11:10
		60م	تحت 18 سنة ذكور	11:20
		60م	تحت 20 سنة اناث	11:30
		60م	تحت 20 سنة ذكور	11:40
		60م	كبريات	11:50
		60م	اكابر	12:00
رمح تحت 18 سنة ذكور	عالي تحت 20 سنة ذكور + اكابر	250م حواجز	تحت 18 سنة اناث	13:00
		250م حواجز	تحت 18 سنة ذكور	13:10
		250م حواجز	تحت 20 سنة اناث	13:20
		250م حواجز	تحت 20 سنة ذكور	13:35
		250م حواجز	كبريات	13:50
		250م حواجز	اكابر	14:05
		1000م	تحت 16 سنة اناث	14:20
رمح تحت 20 سنة ذكور + اكابر		1000م	تحت 16 سنة ذكور	14:30
		800م	تحت 18 سنة اناث	14:40
		800م	تحت 18 سنة ذكور	14:50
		800م	تحت 20 سنة اناث	15:00
		800م	تحت 20 سنة ذكور	15:10
		800م	كبريات	15:20
		800م	اكابر	15:30