



LSVS Pašvaldību 61. sporta spēles
SACENSĪBU PROGRAMMA VIEGLATLĒTIKĀ
2024. gada 06.-07. jūlijā Tukumā

PROJEKTS

06. jūlijā

10:00 3000m soļošana D
11:00 100mK
11.40 100mD
12.20 800mD
12.45 400mK
13.15 1500m K

13.50 APBALVOŠANA: (3000m/soļošana D, 100mK, 100mD, , 800m D, 400mK, 1500m K, tāllēkšana D, disks D, lode K 90+ -50+)

14:20 3000m soļošana K
15.20 4 x 100m stafete D
15.50 4 x 100m stafete K

TĀLLĒKŠANA

DĀMAS

10.00 D80+, D75+, D70+, D65+,
D60+, D55+, D50+
11.00 D45+, D40+, D35+, D30+

KUNGI

12.15 K85+, K75+, K70+ K65+, K60+
13.30 K55+ K50+, K45+, K40+, K35+

LODES GRŪŠANA

KUNGI

10.00 K90+, K85+, K80+ /3kg/
10.40 K75+, K70+ /4kg/
11.30 K65+, K60+ /5kg/
12.10 K55+, K50+ /6kg/
12.40 K45+, K40+, K35+ /7,257kg/

DĀMAS

14.00 D90+, D85+, D80+,D75+ /2kg/
14.40 D70+, D65+, D60+ /3kg/
15.30 D55+, D50+ /3kg/
16.10 D45+, D40+ D35+, D30+ /4kg/

DISKA MEŠANA

DĀMAS

10.00 D80+, D75+ /0,75kg/
10.45 D70+, D65+, D60+, D55+ D50+/1kg./
12.05 D45+, D40+, D35+, D30+/1kg/

KUNGI

12.10 K90+,K85+,K80+ K75+/1 kg/
13.30,K70+ K65+, K60+ /1kg/
15.00 K55+, K50+ /1,5kg/
15.35 K45+, K40+, K35+ /2kg/

16:00 APBALVOŠANA: (3000m/soļošana K, 4x100m stafete D K, tāllēkšana K, lode K 45+ - 35+, D, disks K,)

Atklāšanas parāde notiks plkst. 20.00 Pauzera pļavās, Pauzera iela 7.

**LSVS Pašvaldību 61. sporta spēles
SACENSĪBU PROGRAMMA VIEGLATLĒTIKĀ
2024. gada 07. jūlijā Tukumā**

PROJEKTS

8.00 5000m soļošana D (80+ - 60+)
8.30 5000m soļošana D (30+ - 55+)
9.00 5000m soļošana K (85+ - 60+)
9.30 5000m soļošana K (55+ - 35+)
10.00 200mD
10.30 200mK
11.05 3000mD
11.45 800mK
12.15 400mD

12.45 APBALVOŠANA (5000 m/soļ. D K, 200mK, 200mD, 3000mD, 800mK, augstlēkšana D, šķēps D, trīssollēkšana K)

14.20 5000mK

15.30 jauktā stafete 100mD + 200mK + 400mD + 800mK

ŠĶĒPA MEŠANA

DĀMAS

10.00 D80+, D75+ /400g/
10.45 D70+, D65+, D60+ /400g/
11.25 D55+, D50+ /500g/
12.10 D45+, D40+ D35+, D30+ /600g/

KUNGI

13.30 K90+, K85+. K80+ /400g/
14.00 K75+, K70+/500g/
15.00 K65+, K60+ /600g/
15.45 K55+, K50+ /700g/
16.30 K45+, K40+, K35+ /800g/

AUGSTLĒKŠANA

DĀMAS

9.40 D80+,D75+, D70+, D65+, D60+, D55+,

KUNGI

11.50 K80+, K75+, K70+, K65+, K60+
13.15, K55+,K50+, K45+, K40+, K35+

10.40 D50+, D45+, D40+, D35+,
D30+

TRĪSSOĻLĒKŠANA

KUNGI 10.00 K85+, K80+, K75+, K70+, K65+ 11.10 K60+, K55+, K50+, K45+, K40+, K35+	DĀMAS: 12.15 D80+, D75+, D70+, D65+, D60+ 13.15 D55+, D50+, D45+, D40+, D35+, D30+
--	---

16.00 APBALVOŠANA (400m D, 5000m K, augstlēcšana K, šķēps K, trīssoļlēcšana D, jauktā stafete)

Sacensību nosacījumi vieglatlētikā 2024.gadam.

Dalībnieku pulcēšanas vieta ir starta vieta. Skriešanas un soļošanas disciplīnās 10 minūtes pirms starta. Lēcšanas un mešanas disciplīnas 20 minūtes.

1. Sacensību protokola kārtībā vispirms startē vecākās grupas dalībnieki.
2. Pēc pirmā pāragrā starta visi šā skrējiena dalībnieki tiek brīdināti, bet pēc otra “falšstarta” jebkurš šā skrējiena dalībnieks tiks diskvalificēts.
3. Vecāko grupu dalībniekiem sprinta disciplīnās atļauts startēt bez starta paliktņiem, izpildot visas trīs startera komandas.
4. Augstlēcšanas latiņas pacēlums pa 5 cm, bez pārlēcšanas.
5. Sākuma augstums 90 cm un jāpiesaka ar ciparu 0 vai 5/ 100 vai 105 cm.
6. Startēt atļauts tikai ar starta numuru, piestiprinātu pie starta formas
7. Mutvārdu protesta gadījumā, tas jādara zināms vecākajam veida vai galvenajam tiesnesim nekavējoties, līdz disciplīnas/vecuma grupas/sacensību beigām
8. Uz apbalvošanu jāierodas visdrīzākajā laikā
9. Soļošanas disciplīnās, par nekorektu soļošanu, soļojumā sasniegta lidojuma fāze vai saliekta kāja] ar trešo brīdinājumu, sportists tiek diskvalificēts.
10. Horizontālās lēcšanas disciplīnās 4 mēģinājumi, bez fināla.
11. Mešanas disciplīnās 2+2 metieni (grūdieni) pēc kārtas, bez fināla.
12. Personisko mešanas rīku marķēšana pirms sacensību sākuma, vai ne vēlāk, kā vienu stundu pirms sacensību veida sākuma.

Vecuma grupu sadalījums /Pa grupām/

Garu distanču skrējienos. Siev. Vīr.

1.gr. 35+,40+,45+ 3.gr. 65+,70+,75+,80+,85+,90+,95+

2.gr. 50+,55+,60+

Soļošanā siev.

Soļošanā vīr.

1.gr. 30+,35+,40+

1.gr. 30+,35+,40+,

2.gr.,45+,50+,55+.

2.gr. 45+,50+,55+

3..gr. 60+,65+,70+.

3.gr.60+,65+,70+

4.gr. 75+,80+,85+,90+

4.gr. 75+,80+,85+,90+,95+

Skatoties pēc dalībnieku skaita grupas var apvienot.

LSVS prezidents: Ivans Klementjevs

Sacensību galvenais tiesnesis Juris Kožeurovs