

Rakvere Spordikooli laste kergejõustikuvõistlused

JUHEND

Eesmärk: populariseerida kergejõustikku laste hulgas

Aeg ja koht: võistlused toimuvad 13. november 2019.a. Rakvere linnastaadioni kergejõustikuruumis algusega kell 15.00

Osavõtjad : Lääne-Virumaa 2008 - 2011.a. s tüdrukud ja poisid.
Iga sünniaasta võistleb omaette.

Võistlusala: 2010-2011.a.s. 60 m jooks, 60 m tõkkejooks, kaugushüpe
2008-2009.a.s. 60 m jooks, 60 m tõkkejooks, kaugushüpe, kõrgushüpe

NB! Kaugushüpet mõõdetakse tõukekohast, 1m laiusest tõukealast.

Kõigil võistlejail 4 võistluskatset

60 m tõkkejooks	P/T	2010-2011	11.00 m , 8.00 m, 40 sm
	P/ T	2008-2009	11.00 m, 8.50 m, 50 sm

Autasustamine: kõigile osalejatele „nänn“ , iga võistlusala 3 paremat poissi ja tüdrukut (kõik sünniaastad eraldi) autasustatakse medaliga.

AJAKAVA (orienteeruv)

15.00	kaugushüpe	T	2011 , 2010
	60 m jooks	P	2011 , 2010
	kõrgushüpe	T	2008 , 2009

15.15	60 m tõkkejooks	P	2011 , 2010
-------	-----------------	---	-------------

15.40	60 m tõkkejooks	T	2008 , 2009
	kaugushüpe	P	2011, 2010
	kõrgushüpe	P	2008 , 2009

16.00	60 m jooks	T	2008 , 2009
-------	------------	---	-------------

16.15	60 m jooks	T	2010 , 2011
-------	------------	---	-------------

16.30	60 m tõkkejooks	T	2010 , 2011
	kaugushüpe	P	2008 , 2009

17.10	60 m tõkkejooks	P	2008 , 2009
	kaugushüpe	T	2008 , 2009

17.25	60 m jooks	P	2008 , 2009
-------	------------	---	-------------

NB ! NAELKINGI EI KASUTA !

KAUGUSHÜPPE HOOVÕTURAJAKS AKROBAATIKARADA !

SÕLTUVALT OSALEJATE ARVUST VÕIB AJAKAVA MUUTUDA !