



# אליפות ישראל לנוער ולקדטים

ימים רביעי-חמישי, 12-13.6.2019 – אצטדיון האתלטיקה בהדר-יוסף, תל-אביב

מנהל התחרות: עופר ישראלי מנהל טכני: מיכאל כספין שופט ראשי: עמית נאמן

יום רביעי, 12/6/19

שעה	נוער	קדטים	נערות	קדטיות
16:00	יידוי פטיש 6 קג	יידוי פטיש 5 קג		
16:30		קפיצה במוט	קפיצה במוט	קפיצה במוט
17:00	הטלת כידון 800 גרם	הטלת כידון 700 גרם		
17:30		קפיצה משולשת	קפיצה משולשת	קפיצה משולשת
17:40			100 מ' משוכות 76.2	
17:55			100 מ' משוכות 83.8	
18:15		הדיפת כדור ברזל		
18:15		110 מ' משוכות 91.4		
18:30	110 מ' משוכות 99.1			
18:40			400 מ'	
18:50			400 מ'	
19:00		400 מ'		
19:10	400 מ' וקפיצה במוט	קפיצה במוט		
19:15		קפיצה משולשת	הדיפת כדור ברזל 4 קג	הדיפת כדור ברזל 3 קג
19:20			100 מ' (מוקדמות)	100 מ' (מוקדמות)
19:30			100 מ' (מוקדמות)	
19:40		100 מ' (מוקדמות)		
19:55	100 מ' (מוקדמות)			
20:10			1500 מ'	1500 מ'
20:15	קפיצה משולשת והדיפת כדור ברזל 6 קג			
20:20		1500 מ'		
20:30	1500 מ'			
20:45				100 מ' (גמר)
20:55		100 מ' (גמר)		
21:00				100 מ' (גמר)
21:05			100 מ' (גמר)	

אתלט שלא יתייצב למקצוע שהיה רשום אליו, או לא יתייצב לגמר אליו העפיל – יורחק מהמשך האליפות!!!

## הערות:

- בתחרות רשאים להשתתף רק אתלטים הרשומים באיגוד האתלטיקה ועברו בדיקה רפואית כמתחייב מחוק הספורט
- ההשתתפות אפשרית עם מספר חזה לשנת 2019 בלבד.
- אין רישום ביום התחרות!!!
- במקצועות השדה והקפיצות האופקיות יינתנו לכל משתתף/ת 3 ניסיונות בלבד. רק ל-8 המשתתפים/ות המדורגים/ות ראשונים/ות (אחרי 3 ניסיונות), יינתנו 3 ניסיונות נוספים
- גבהים התחלתיים בקפיצות אנכיות:
- **קפיצה במוט:** נוער וקדטים – 3.04 מ'; נערות וקדטיות – 2.23 מ'; הרף יועלה בכל פעם ב-10 ס"מ משקלי מכשירים:
- **פטיש:** נוער – 6 ק"ג, קדטים – 5 ק"ג, נערות – 4 ק"ג, קדטיות – 3 ק"ג
- **כדור ברזל:** נוער – 6 ק"ג, קדטים – 5 ק"ג; נערות – 4 ק"ג, קדטיות – 3 ק"ג
- **כידון:** נוער – 800 גרם, קדטים – 700 גרם

# אליפות ישראל לנוער ולקדטים

יומה השני של התחרות

יום חמישי, 13/6/19

קדטיות	נערות	קדטים	נוער	שעה
לידוי פטיש 3 קג	לידוי פטיש 4 קג			16:00
		קפיצה לרוחק וזריקת דיסקוס 1.5 קג	זריקת דיסקוס 1.75 קג	17:00
400 מ' משוכות 76.2				17:30
קפיצה לגובה	400 משוכות 76.2 וקפיצה לגובה			17:40
		400 מ' משוכות 83.8		17:55
			400 מ' משוכות 91.4	18:10
			קפיצה לרוחק	18:20
200 מ'				18:25
	200 מ'			18:30
הטלת כידון 500 גר	הטלת כידון 600 גר			18:35
		200 מ'		18:40
			200 מ'	18:55
דיסקוס 1 קג	דיסקוס 1 קג			19:00
		קפיצה לגובה	קפיצה לגובה	19:05
800 מ'	800 מ'			19:10
קפיצה לרוחק	קפיצה לרוחק			19:15
		800 מ'		19:20
			800 מ'	19:30
3000 מ'	3000 מ'			19:40
		3000 מ'		19:55
			3000 מ'	20:10
		100x4 מ'		20:30
			100x4 מ'	20:40
100x4 מ'				20:50
	100x4 מ'			21:00

אתלט שלא יתייצב למקצוע שהיה רשום אליו, או לא יתייצב לגמר אליו העפיל – **יורחק מהמשך האליפות!!!**

## הערות:

- במקצועות השדה והקפיצות האופקיות יינתנו לכל משתתף/ת 3 ניסיונות בלבד. רק ל-8 המשתתפים/ות המדורגים/ות ראשונים/ות (אחרי 3 ניסיונות), יינתנו 3 ניסיונות נוספים
- גבהים התחלתיים בקפיצות אנכיות:  
**קפיצה לגובה:** נוער וקדטים – 1.52 מ'; נערות וקדטיות – 1.31 מ'; הרף יועלה בכל פעם ב-5 ס"מ (בקטגוריות נוער וקדטים מגובה 1.82 מ' הרף יועלה בכל פעם ב-3 ס"מ; אצל קדטיות ונערות הרף יועלה ב-3 ס"מ כל פעם החל מגובה 1.61 מ')
- משקלי מכשירים:  
**דיסקוס:** נוער – 1.75 ק"ג, קדטים – 1.5 ק"ג; נערות וקדטיות – 1 ק"ג  
**כידון:** נערות – 600 גרם, קדטיות – 500 גרם
- ייתכנו שינויים בלוח הזמנים בהתאם לכמות הנרשמים לתחרות
- **כל אגודה מחויבת להעמיד 2 עוזרים/ות לרשות מנהל התחרות!!!**