

проект

## ПРОГРАММА

Кубка дружбы по легкой атлетике  
среди ветеранов (спортсменов старше 35 лет)

28-30 сентября 2020 г. г. Адлер стадион СК «Юность»

**28 сентября 2020 г.** – приезд и размещение участников соревнования

14.00 - 19.00 - работа Комиссии по регистрации участников  
соревнования

17.00 - заседание судейской коллегии

18.30 - совещание ГСК с представителями команд

Разминка участников на стадионе – в течение дня

**29 сентября - 1 день соревнований**

9.00 - 13.00 - работа Комиссии по регистрации участников  
соревнования

10.00 – 12.00 - разминка участников на стадионе

12.30 - совещание судей

### Беговые виды

### Технические виды

13.15 – *100 м (10-борье) М*

13.30 - 5000 м с/ходьба Ж, М65+

14.10 - 5000 м с/ходьба М35-М60

13.30 - диск Ж

14.10 - *длина (10-борье)*

**15.00 – Открытие соревнований**

15.20 - 100 м Ж забеги

15.40 - 100 м М забеги

16.15 - 400 м Ж

16.40 - 400 м М

17.20 - 100 м финалы Ж.М

17.40 - 1500 м Ж фин. забеги

18.00 - 1500 м М фин. забеги

18.30 - *400 м (10-борье) М*

15.20 - диск М

15.30 - шест М

15.30 - *ядро (10-борье) М*

16.40 - *высота (10-борье) М*

17.00 - ядро Ж

17.00 - длина Ж

18.00 - длина М

18.00 – ядро М

## 30 сентября - 2 день соревнований

9.30 - <b>110 м (100 м, 80 м) с/б 10-борье М</b>	10.00 – копье Ж
10.00 - 5000 м Ж, М65+	10.30 – <b>диск (10-борье) М</b>
10.45 - 5000 м М35-М60	10.30 – высота Ж
11.30 - 100 м (80 м) с /б Ж	11.00 – тройной прыжок Ж
11.45 - 110 м (100 м, 80 м) с/б М	11.30 – молот Ж
12.05 - 800 м фин. забеги Ж	11.45 – высота М
12.30 - 800 м фин. забеги М	12.00 - тройной прыжок М
13.45 – 200 м фин. забеги М	12.15 – <b>шест (10-борье) М</b>
15.00 - <b>1500 м (10-борье)</b>	12.30 – молот М
	14.00 - <b>копье (10-борье) М</b>
	14.00 – вес Ж.М

## 15.30 - закрытие Кубка дружбы

**Примечание:** 1. Главная судейская коллегия оставляет за собой право вносить коррективы в программу после завершения регистрации участников Кубка. Все изменения программы ГСК доводит до участников соревнований по радио и на информационном стенде.

2. Награждение победителей и призеров Кубка сразу после оформления итоговых протоколов по видам.

## ГСК

### Распределение видов по дням Кубка дружбы:

#### Беговые виды:

100 м – 1 день	Ж,М	1 день – 9 видов (с десятиборьем)
200 м – 2 день	Ж,М	2 день - 10 видов (с десятиборьем)
400 м – 1 день	Ж,М	
800 м – 2 день	Ж,М	
1500 м – 1 день	Ж,М	
5 000 м – 1 день	Ж,М	

#### Спортивная ходьба:

5 000 м - 1 день Ж,М

#### Бег с барьерами:

110 м с/б (100 м с/б, 80 м с/б) - 2 день Ж,М

**Прыжки:**

шест - 1 день М  
длина – 1 день Ж,М  
высота – 2 день Ж,М  
тройной прыжок - 2 день Ж,М

**Метания:**

ядро - 1 день Ж,М  
диск - 1 день Ж,М  
молот - 2 день Ж,М  
копье - 2 день Ж,М  
вес - 2 день Ж,М

**Многоборья:**

десятиборье – 1,2 день М