

فدراسیون دو و میدانی جمهوری اسلامی ایران

برنامه مرحله اول مسابقات دوومیدانی قهرمانی باشگاه های کشور (بانوان)

۱۷ و ۱۸ شهریور ماه ۱۳۹۹ مجموعه ورزشی آفتاب انقلاب تهران

صبح روز اول (۹۹/۰۶/۱۷)				صبح روز دوم (۹۹/۰۶/۱۸)			
ردیف	زمان مسابقه	ماده	ملاحظات	ردیف	زمان مسابقه	ماده	ملاحظات
۱۰۱	۷:۳۰	۱۰۰۰ متر پیاده روی	نهایی	۲۰۱	۹:۰۰	پرش طول هفتگانه	(۵)
۱۰۲	۹:۰۰	۱۰۰ مانع هفتگانه	(۱)	۲۰۲	۱۰:۳۰	پرتاب نیزه هفتگانه	(۶)
۱۰۳	۹:۴۵	پرش ارتفاع هفتگانه	(۲)				
بعد از ظهر روز اول (۹۹/۰۶/۱۷)				بعد از ظهر روز دوم (۹۹/۰۶/۱۸)			
۱۰۴	۱۵:۰۰	پرتاب وزنه هفتگانه	(۳)	۲۰۳	۱۵:۳۰	پرش طول	نهایی
۱۰۵	۱۶:۰۰	۱۰۰ متر با مانع	نهایی	۲۰۴	۱۵:۳۰	۴۰۰ متر با مانع	نهایی
۱۰۶	۱۶:۰۰	پرش سه گام	نهایی	۲۰۵	۱۵:۳۰	پرتاب نیزه	نهایی
۱۰۷	۱۶:۱۵	پرتاب وزنه	نهایی	۲۰۶	۱۶:۰۰	۸۰۰ متر	نهایی
۱۰۸	۱۶:۲۰	۱۰۰ متر	نهایی	۲۰۷	۱۶:۲۰	۸۰۰ متر هفتگانه	(۷)
۱۰۹	۱۶:۵۰	۴۰۰ متر	نهایی	۲۰۸	۱۶:۵۰	۲۰۰ متر	نهایی
۱۱۰	۱۷:۲۰	۲۰۰ متر هفتگانه	(۴)	۲۰۹	۱۷:۰۰	پرش با نیزه	نهایی
۱۱۱	۱۷:۳۰	پرش ارتفاع	نهایی	۲۱۰	۱۷:۰۰	پرتاب دیسک	نهایی
۱۱۲	۱۷:۴۵	۱۵۰۰ متر	نهایی	۲۱۱	۱۷:۲۰	۳۰۰۰ متر با مانع	نهایی
۱۱۳	۱۸:۰۰	پرتاب چکش	نهایی	۲۱۲	۱۷:۵۰	۱۰۰۰۰ متر	نهایی
۱۱۴	۱۸:۱۰	۵۰۰۰ متر	نهایی	۲۱۳	۱۹:۰۰	۴*۴۰۰ متر امدادی	نهایی
۱۱۵	۱۸:۴۵	۴*۱۰۰ متر امدادی	نهایی				

ملاحظات :

- شروع پرش ارتفاع :شروع از ۱/۵۰ متر (از ۱/۶۵ تا ۵cm +) و (از ۱/۶۵ به بعد ۳cm +) افزایش می یابد

- شروع پرش ارتفاع هفتگانه: ۱/۳۰ متر .

- شروع پرش با نیزه: از ۲/۷۰ متر (از ۲/۷۰ تا ۳/۱۰ +۲۰cm) و (۳/۱۰ تا ۳/۵۰ +۱۰cm) و (۳/۵۰ به بعد ۵cm +) افزایش می یابد.