

# І-й этап Кубка «Самопреодоление» 11 ноября 2023 года

## Расписание

(за возможными изменениями следите по объявлениям диктора!):

9.30 – выдача номеров. Старайтесь получить номер раньше, чем за 30 минут до старта.

### **60 м**

10.35 – забеги девушек 2016 г. р. и младше;

10.50 – забеги девушек 2012-2013 г. р.;

11.10 – забеги юношей 2016 г. р. и младше;

11.20 – забеги девушек 2014-2015 г. р.;

11.35 – забеги юношей 2014-2015 г. р.;

11.50 – забеги юношей 2012-2013 г. р.;

**12.10 – финал девушек 2012-2013 г. р.;**

**12.15 – финал девушек 2014-2015 г. р.;**

12.20 – забеги девушек 2010-2011 г. р.;

**12.45 – финал юношей 2014-2015 г. р.;**

**12.50 – финал юношей 2012-2013 г. р.;**

12.55 – забеги девушек 2008-2009 г. р.;

13.05 – забеги юношей 2010-2011 г. р.;

**13.20 – финал девушек 2010-2011 г. р.;**

13.25 – забеги юношей 2008-2009 г. р.;

13.35 – забеги девушек 2006-2007 г. р.;

**13.40 – финал девушек 2008-2009 г. р.;**

13.45 – забеги юношей 2006-2007 г. р.;

**13.55 – финал юношей 2010-2011 г. р.;**

**14.10 – финал юношей 2008-2009 г. р.**

**14.15 – финал девушек 2006-2007 г. р.;**

**14.20 – финал юношей 2006-2007 г. р.**

### **прыжки в длину**

яма №1 (у трибун)

10.35 – юноши 2016 г. р. и младше;

10.50 – девушки 2016 г. р. и младше;

11.10 – девушки 2010-2011 г. р.;

11.55 – юноши 2014-2015 г. р.;

12.30 – юноши 2010-2011 г. р.;

13.10 – девушки 2008-2009 г. р.;

яма №2 (внутри круга)

10.35 – девушки 2014-2015 г.р.;

11.15 – девушки 2012-2013 г. р.;

12.10 – юноши 2012-2013 г. р.;

12.50 – юноши 2008-2009 г. р.;

13.10 – девушки 2006-2007 г. р.

13.20 – юноши 2006-2007 г. р.

## **1 миля**

- 10.45 – 1-й забег женщины (по списку)
- 11.00 – 2-й забег женщины (по списку)
- 11.25 – 3-й забег мужчины (по списку)
- 11.40 – 4-й забег мужчины (по списку)
- 11.55 – 5-й забег мужчины (по списку)
- 12.10 – 6-й забег мужчины (по списку)

## **Эстафета 4x200 м**

- 10.35 – эстафета женщины;
- 11.15 – эстафета мужчины.

## **600 м девушки**

- 12.25 – забеги девушек 2012-2013 г. р.;
- 12.45 – забеги девушек 2014-2015 г.р.;
- 13.30 – забеги девушек 2010-2011 г.р.;
- 13.55 – забеги девушек 2008-2009 г.р.;
- 14.45 – забег девушек 2006-2007 г.р.

## **800 м юноши**

- 13.00 – забеги юношей 2014-2015 г.р.;
- 13.10 – забеги юношей 2012-2013 г.р.;
- 14.10 – забеги юношей 2010-2011 г.р.;
- 14.30 – забеги юношей 2008-2009 г. р.;
- 14.45 – забег юношей 2006-2007 г. р. (вместе с 2008-2009 г. р.).

Все участники 2016 г. р. и младше награждаются равноценными сладкими призами без выявления победителей и призеров. Для других участников церемония награждения не проводится, результаты, дипломы победителей и призеров через несколько дней на сайте [sportspirit.org](http://sportspirit.org)

*Предварительные результаты онлайн и по мере готовности по QR-коду*