

## الشروط الفنية لبطولة لبنان الفردية 2014

- ١- إستناداً الى قانون بطولة لبنان الفردية :
  - يسمح لكل لاعب (لاعب) في المشاركة باكثر من مسابقتين في البطولة.
  - يسمح لكل جمعية إتحادية في المشاركة باكثر من لاعبين (لاعبتين) في كل مسابقة من البطولة.
- ٢- يمنع على جميع الأندية المشاركة في بطولة لبنان الفردية، بعد نهاية الأجتتماع الفني، في تعديل في أسماء اللاعبين واللاعبات المسجلين رسمياً تحت طائلة الإستبعاد من المسابقة.

### ٣- الشروط الفنيّة :

- يمنع على اللاعبين واللاعبات في القيام بعملية الإحماء على أرض ملعب المسابقات.
- يتوجب على اللاعبين الحضور الى غرفة النداء مباشرة عند إذاعة النداء الأخير لكل مسابقة على أن يتواجدوا في موقع المسابقة في الأوقات التالية :
  - قبل 10 دقائق لمسابقات الجري.
  - قبل 20 دقيقة لمسابقات الوثب والرمي.
- يمنع على اي لاعب او لاعبة يصل متأخراً إلى غرفة النداء من المشاركة في ايّ مسابقة.
- في حال عدم وجود تصفيات في سباقات الـ 100م والـ 200م، يجرى السباق النهائي في موعده المحدد في البرنامج الزمني.

### • الأوزان :

الفئة	الكرة الحديدية	القرص	الرمح	المطرقة
سيدات	4 كغ	1 كغ	600 غ	4 كغ
رجال	7.260 كغ	2 كغ	800 غ	7.260 كغ

### • الحواجز والموانع :

الفئة	المسافة	الأرتفاع
سيدات	100 م حواجز	0.84 م
رجال	110 م حواجز	1.06 م
سيدات	400 م حواجز	0.76 م
رجال	400 م حواجز	0.91 م
سيدات	3000 م موانع	0.76 م
رجال	3000 م موانع	0.91 م

• لوحة الأرتقاء في الوثب الثلاثي:

الفئة	سيدات	رجال
المسافة	7م - 9م	9م - 11م

• إرتفاعات الوثب العالي:

الفئة	الإرتفاعات
سيدات	125 - 130 - 134 - 138 - 142 - 145 - 148 - 151 - 154 - 157 - 160 163 - 166 - 169 - 171 - 173 .....

الفئة	الإرتفاعات
رجال	145 - 150 - 155 - 160 - 164 - 168 - 172 - 176 - 180 - 184 - 187 190 - 193 - 196 - 199 - 202 - 205 - 207 .....