

CAMPIONATELE NAȚIONALE DE AER LIBER U20

ETAPA FINALĂ

CUPA ROMÂNIEI

SENIORI

📍 CRAIOVA | 📅 04-05.07.2026



PROGRAM

SĂMBĂTĂ 04.07.2026

| Start | Proba | F/M | Serie/Finala |
|-------|-----------------------|-----|--------------|
| 7,30 | 5000m mars | F/M | Finala |
| 8,10 | 100m | M | Decatlon |
| 8,15 | 5000m | F/M | Finala |
| 8,45 | Lungime | M | Decatlon |
| 8,45 | 3000m obstacole | F | Finala |
| 8,45 | Ciocan | M | Finala |
| 8,45 | Prajina | F | Finala |
| 9,00 | 3000m obstacole | M | Finala |
| 9,20 | 100m garduri | F | Heptatlon |
| 9,25 | 100m garduri | F | Serii |
| 9,30 | Ciocan | F | Finala |
| 9,30 | Disc | M | Finala |
| 9,40 | 110m garduri | M | Serii |
| 9,45 | Triplusalt | F | Finala |
| 9,50 | 100m | F | Serii |
| 10,00 | Inaltime | F | Heptatlon |
| 10,05 | 100m | M | Serii |
| 10,25 | 1500m | F | Serii CT |
| 10,30 | Greutate | M | Decatlon |
| 10,30 | Disc | F | Finala |
| 10,40 | 1500m | M | Serii CT |
| 10,45 | Triplusalt | M | Finala |
| 10,55 | 400m | F | Serii |
| 11,10 | 400m | M | Serii |
| 11,15 | Greutate | F | Heptatlon |
| 11,15 | Inaltime | M | Finala |
| 11,45 | 100m garduri | F | Finala |
| 12,00 | 110m garduri | M | Finala |
| 12,10 | 100m | F | Finala |
| 12,15 | 100m | M | Finala |
| 12,25 | Stafeta 4 x 400m mixt | F/M | Serii CT |
| 12,35 | Stafeta 4 x 100m | F | Serii CT |
| 12,40 | Stafeta 4 x 100m | M | Serii CT |

| | | | |
|-------|-----------------------|-----|---------------|
| 19,00 | Inaltime | M | Decatlon |
| 19,00 | Ciocan | F | Cupa Romaniei |
| 19,00 | 100mg - SERII | F | Cupa Romaniei |
| 19,15 | 110mg - SERII | M | Cupa Romaniei |
| 19,30 | Triplusalt | M | Cupa Romaniei |
| 19,30 | 100m - SERII | F | Cupa Romaniei |
| 19,40 | 100m - SERII | M | Cupa Romaniei |
| 19,45 | Ciocan | M | Cupa Romaniei |
| 19,50 | 1500m | F | Cupa Romaniei |
| 20,00 | 1500m | M | Cupa Romaniei |
| 20,25 | 100mg - FINALA | F | Cupa Romaniei |
| 20,30 | Triplusalt | F | Cupa Romaniei |
| 20,40 | 110mg - FINALA | M | Cupa Romaniei |
| 20,30 | Disc | M | Cupa Romaniei |
| 20,45 | Inaltime | M | Cupa Romaniei |
| 20,55 | 100m - FINALA | F | Cupa Romaniei |
| 21,00 | 100m - FINALA | M | Cupa Romaniei |
| 21,10 | 200m | F | Heptatlon |
| 21,20 | 400m | M | Decatlon |
| 21,15 | Prajina | F/M | Cupa Romaniei |
| 21,25 | 400m | F | Cupa Romaniei |
| 21,30 | 400m | M | Cupa Romaniei |
| 21,40 | 3000m obstacole | F | Cupa Romaniei |
| 21,30 | Disc | F | Cupa Romaniei |
| 21,55 | 3000m obstacole | M | Cupa Romaniei |
| 22,10 | Stafeta 4 x 100m | F | Cupa Romaniei |
| 22,15 | Stafeta 4 x 100m | M | Cupa Romaniei |
| 22,20 | Stafeta 4 x 400m mixt | F/M | Cupa Romaniei |

DUMINICĂ 05.07.2026

| Start | Proba | F/M | Serie/Finala |
|-------|-----------------------|-----|---------------|
| 8,00 | 110m garduri | M | Decatlon |
| 8,00 | Lungime | F | Heptatlon |
| 8,05 | 5000m | F/M | Cupa Romaniei |
| 8,30 | Disc | M | Decatlon |
| 8,30 | Prajina | M | Finala |
| 8,35 | 3000m | F | Finala |
| 8,55 | 3000m | M | Finala |
| 9,00 | Greutate | F | Finala |
| 8,45 | Lungime | F | Finala |
| 8,45 | Lungime | F | Cupa Romaniei |
| 9,15 | Sulita | F | Heptatlon |
| 9,15 | 400m garduri | F | Serii CT |
| 9,25 | 400m garduri | F | Cupa Romaniei |
| 9,35 | 400m garduri | M | Serii CT |
| 9,45 | 400m garduri | M | Cupa Romaniei |
| 9,45 | Greutate | M | Finala |
| 10,00 | Prajina | M | Decatlon |
| 10,00 | Sulita | F | Finala |
| 10,15 | 800m | F | Heptatlon |
| 10,20 | 800m | F | Serii CT |
| 10,25 | 800m | M | Serii CT |
| 10,40 | 800m | F | Cupa Romaniei |
| 10,30 | Lungime | M | Finala |
| 10,30 | Greutate | F | Cupa Romaniei |
| 10,45 | 800m | M | Cupa Romaniei |
| 10,45 | Sulita | M | Finala |
| 11,10 | 200m | F | Serii CT |
| 11,20 | 200m | M | Serii CT |
| 11,15 | Greutate | M | Cupa Romaniei |
| 11,30 | 200m | F | Cupa Romaniei |
| 11,40 | 200m | M | Cupa Romaniei |
| 11,30 | Sulita | M | Decatlon |
| 11,30 | Inaltime | F | Finala |
| 11,55 | Stafeta 4 x 400m | F | Cupa Romaniei |
| 12,05 | Stafeta 4 x 400m | M | Cupa Romaniei |
| 12,15 | Stafeta 4 x 400m | F | Serii CT |
| 12,25 | Stafeta 4 x 400m | M | Serii CT |
| 12,35 | Stafeta 4 x 100m mixt | | Serii CT |
| 12,45 | Stafeta 4 x 100m mixt | | Cupa Romaniei |
| 12,15 | Lungime | M | Cupa Romaniei |
| 12,15 | Sulita | F | Cupa Romaniei |
| 12,50 | 1500m | M | Decatlon |
| 12,45 | Inaltime | F | Cupa Romaniei |
| 13,00 | Sulita | M | Cupa Romaniei |

04.07.2026

LEGENDA

Campionatele Naționale U20 - etapa finală - probe individuale

Campionatele Naționale U20 - etapa finală - probe combinate

Cupa României seniori

* probe cu program modificat

Director concurs: Ion Buliga

Arbitru judecator sarituri: Paul Oprîș

Arbitru judecator alergari: Colac Mirela

Arbitru judecator aruncari: Mircea Călin

Atenție:

- Se concurează separat în Campionatele Naționale U20 și Cupa României seniori

- În proba de lungime (F) se va concura împreună (CN U20 / Cupa României)

iar clasamentul se va face separat, conform înscrierilor.