



البرنامج الزمني : كأس الاتحاد العام لألعاب القوى للأندية (الفرق) 2026
رجال وسيدات

اليوم الأول : الخميس في 13 آب 2026				
التوقيت	المسابقة	الفئة	الدور / التصفيات	ملاحظات
4:00	التجمع		مدرسة سيدة الجمهور	
4:30	رمي الكرة الحديدية	رجال	نهائي	7.260 كغ
4:30	وثب طويل	سيدات	نهائي	
4:30	100م	سيدات	نصف نهائي مجموعة 1	التأهل للنهائي: الأولى من كل مجموعة + أفضل ثلاث أوقات
4:40			نصف نهائي مجموعة 2	
4:50			نصف نهائي مجموعة 3	
5:00	100م	رجال	نصف نهائي مجموعة 1	التأهل للنهائي: الأولى من كل مجموعة + أفضل ثلاث أوقات
5:10			نصف نهائي مجموعة 2	
5:20			نصف نهائي مجموعة 3	
5:45	وثب طويل	رجال	نهائي	
5:45	رمي الكرة الحديدية	سيدات	نهائي	4 كغ
5:45	400م حواجز	سيدات	نهائي	0.762م
6:00	400م حواجز	رجال	نهائي	0.914م
6:15	5000م	رجال	نهائي	
6:45	5000م	سيدات	نهائي	
7:15	100م	سيدات	نهائي	
7:25	100م	رجال	نهائي	
7:30			ختام اليوم الاول	



البرنامج الزمني : كأس الاتحاد العام لألعاب القوى للأندية (الفرق) 2026
رجال وسيدات

اليوم الثاني : الجمعة في 14 آب 2026				
التوقيت	المسابقة	الفئة	الدور / التصفية	ملاحظات
4:00	التجمع		مدرسة سيدة الجمهور	
4:30	وثب عالي	سيدات	نهائي	
4:30	100م حواجز سباعي	سيدات	سباعي 1	0.838م
4:30	رمي القرص	سيدات	نهائي	1كغ
4:45	400م	سيدات	نهائي	
5:00	400م	رجال	نهائي	
5:20	وثب عالي سباعي	سيدات	سباعي 2	
5:20	رمي قرص	رجال	نهائي	2كغ
5:20	1500م	سيدات	نهائي	
5:35	1500م	رجال	نهائي	
5:50	5000م مشي	رجال و سيدات	نهائي	
6:20	رمي الكرة الحديدية سباعي	سيدات	سباعي 3	4كغ
6:00	وثب عالي	رجال	نهائي	
6:50	200م سباعي	سيدات	سباعي 4	
7:00	تتابع 4x100	سيدات	نهائي	
7:10	تتابع 4x100	رجال	نهائي	
7:20	تتابع 4x400	مختلط	نهائي	
7:30			ختم اليوم الثاني	



البرنامج الزمني : كأس الاتحاد العام لألعاب القوى للأندية (الفرق) 2026
رجال وسيدات

اليوم الثالث : السبت في 15 آب 2026				
التوقيت	المسابقة	الفئة	الدور/التصفيه	ملاحظات
4:00	التجمع		مدرسة سيدة الجمهور	
4:30	وثب طويل سباعي	سيدات	سباعي 5	
4:30	رمي الرمح	سيدات	نهائي	600 غ
4:45	200م	سيدات	نصف نهائي مجموعة 1	التأهل للنهائي: الأولى و الثانية من كل مجموعة + افضل وقتين
4:55			نصف نهائي مجموعة 2	
5:05	200م	رجال	نصف نهائي مجموعة 1	التأهل للنهائي: الأولى و الثانية من كل مجموعة + افضل وقتين
5:15			نصف نهائي مجموعة 2	
5:15	رمي الرمح سباعي	سيدات	سباعي 6	600 غ
5:25	3000م موانع	سيدات	نهائي	0.762م
5:45	3000م موانع	رجال	نهائي	0.914م
6:00	رمي الرمح	رجال	نهائي	800 غ
6:15	800م سباعي	سيدات	سباعي 7	
6:30	200م	سيدات	نهائي	
6:40	200م	رجال	نهائي	
6:55	تتابع 4x100	مختلط	نهائي	
7:05			ختم اليوم الثالث	



البرنامج الزمني : كأس الاتحاد العام لألعاب القوى للأندية (الفرق) 2026
رجال وسيدات

اليوم الرابع : الأحد في 16 آب 2026				
التوقيت	المسابقة	الفئة	الدور/ التصفية	ملاحظات
4:00	التجمع			مدرسة سيدة الجمهور
4:30	رمي مطرقة	رجال	نهائي	7.260 كغ
5:00	رمي مطرقة	سيدات	نهائي	4 كغ
5:00	وثب ثلاثي	سيدات	نهائي	لوحه الارتقاء 9م
4:30	100م حواجز	سيدات	نهائي	0.838 م
4:45	110م حواجز	رجال	نهائي	1.067 م
5:00	800م	رجال	نهائي	
5:15	800م	سيدات	نهائي	
5:30	10000	رجال وسيدات	نهائي	
5:45	وثب ثلاثي	رجال	نهائي	لوحه الارتقاء 11م
6:30	تتابع 4x400	سيدات	نهائي	
6:45	تتابع 4x400	رجال	نهائي	
7:00				ختام البطولة