

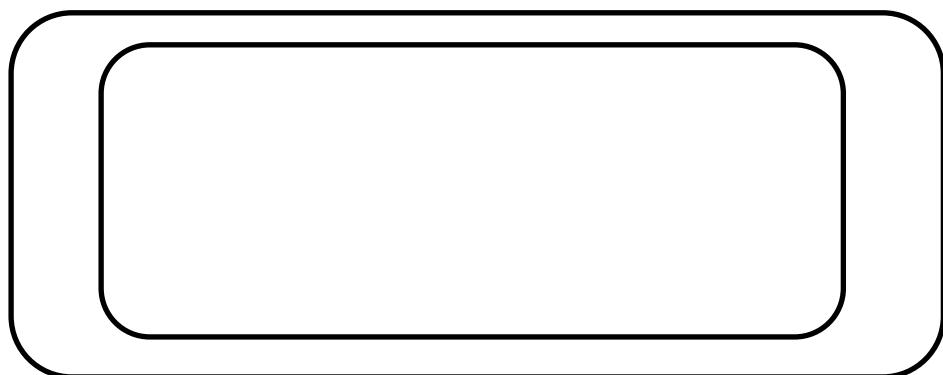
المحاضرة الثامنة

إعداد

م.د. زينب قحطان عبد المحسن

رکض 800 م

- البداية من الوقوف .
- المجال بين كل خط 7 م .
- عرض المجال 1,22 سم (1,22) سم .
- كل الخطوط عرض 5 سم .
- بعد اجتياز القوس الأول هناك خط بعد الخط يُسمح للعداء التحول إلى مجال آخر (ومن العادة التحول إلى المجال الأول) .
- أول جزء يتعدى خط النهاية ليعتبر المتسابق هو الفائز من الجسم يكون (الصدر) .



المجال 7 م
عرض المجال 1,22 سم
كل الخطوط عرض 5 سم