

Хөнгөн атлетикийн төрлүүд

Гүйлт (алхалт)

Шидэлт

Харайлт

Олон төрөлт

Гүйлтийн төрлүүд

Ойрын зайн гүйлт
100м, 200м, 400м

Холын зайн гүйлт
3000м, 5000м, 10000м

Дундын зайн гүйлт
800м, 1500м

Буухиа гүйлт
4*100м, 4*400м

Гүйлтийн төрлүүд

Марафон гүйлт

21км97,5м, 42км195м



Халхалттай гүйлт

Эрэгтэй 110м, эмэгтэй 100м



Хэт холын зайн гүйлт

50км, 100км



Саадтай гүйлт

3000м



Спорт алхаа



Харайлтын төрлүүд

Гүйлтээс өндөрт харайх



Гүйлтээс уртад харайх



Тулгууртай харайлт



3-ын харайлт



Шидэлтийн төрлүүд

Бөөрөнцөг түлхэлт
эр 7кг260г, эм 4кг



Жад шидэлт
эр 800г, эм 600г



Зээрэнцэг шидэлт
эр 2кг, эм 600г



Дүүгүүр шидэлт
7кг 260г, эм 4кг



Олон төрөлт

7 төрөлт (эмэгтэй)

1. 100м халхалттай гүйлт
2. 200м гүйлт
3. 800м гүйлт
4. Өндрийн харайлт
5. Уртын харайлт
6. Бөөрөнцөг түлхэлт
7. Жад шидэлт



Олон төрөлт

10 Төрөлт (эрэгтэй)

1. 100м гүйлт
2. 110м халхалттай гүйлт
3. 400м гүйлт
4. 1500м
5. Уртын харайлт
6. Тулгууртай харайлт
7. Өндрийн харайлт
8. Бөөрөнцөг түлхэлт
9. Зээрэнцэг шидэлт
10. Жад шидэлт

