

KËRCIMI SË GJATI

<i>DJEM (cm)</i>	<i>PIKE</i>	<i>VAJZA (cm)</i>
250	10.0	200
246	9.5	196
242	9.0	192
238	8.5	188
234	8.0	184
230	7.5	180
226	7.0	176
222	6.5	172
218	6.0	168
214	5.5	164
210	5.0	160
206	4.5	156
202	4.0	152
198	3.5	148
194	3.0	144
190	2.5	140
186	2.0	136
182	1.5	132
178	1.0	128
174	0.5	124
170	0.0	120

1. Në testin kërcim së gjati, merret për bazë rezultati më i mirë i dy provave.
2. Distanca e 0.5 të pikës është 4cm. Çdo centimetër mbi rezultatin fiks, kalon në favor të konkurentit.
3. Testimi koordinativ dhe fizik kryhet brenda një dite dhe brenda një salle.

D E K A N J

Prof. Asc. Dr. Elton SPAHIU

