

**JADUAL ACARA KEJOHANAN**  
**TARIKH : 22/06/2026 (ISNIN)**

BIL	MASA	ACARA	KATEGORI	PERINGKAT
101	0730	5000 m JALAN KAKI	P 18	AKHIR
102	0800	REJAM LEMBING <i>700 g</i>	L 18	AKHIR
103	0800	REJAM LEMBING <i>700 g</i>	L 19 BP	AKHIR
104	0805	LOMPAT JAUH	P 18	AKHIR
105	0805	LOMPAT JAUH	P 19 BP	AKHIR
106	0810	LONTAR PELURU <i>4.00 kg</i>	L 15	AKHIR
107	0810	LONTAR PELURU <i>4.00 kg</i>	L 15 BP	AKHIR
108 / 115	0815	OKTA 1 - 100 m	L TERBUKA	AKHIR
109 / 126	0830	100 m	P 12 BP	SEPARUH AKHIR
110 / 127	0840	100 m	L 12 BP	SEPARUH AKHIR
111 / 128	0850	100 m	P 12	SEPARUH AKHIR
112 / 129	0900	100 m	L 12	SEPARUH AKHIR
113 / 130	0910	100 m	P 15 BP	SEPARUH AKHIR
114 / 131	0920	100 m	L 15 BP	SEPARUH AKHIR
115 / 120	0930	OKTA 2 - LOMPAT JAUH	L TERBUKA	AKHIR
116 / 132	0940	100 m	P 15	SEPARUH AKHIR
117 / 133	0955	100 m	L 15	SEPARUH AKHIR
118 / 136	1010	100 m	P 18	SEPARUH AKHIR
119 / 137	1025	100 m	L 18	SEPARUH AKHIR
<b>1140</b>	Penyampaian Hadiah 1 : No. Acara 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107			
<b>REHAT</b>				
120 / 146	1400	OKTA 3 - LONTAR PELURU <i>5.00 kg</i>	L TERBUKA	AKHIR
121	1405	REJAM LEMBING <i>500 g</i>	P 15	AKHIR
122	1405	REJAM LEMBING <i>500 g</i>	P 15 BP	AKHIR
123	1415	LOMPAT TINGGI <i>1.40 m</i>	L 15	AKHIR
124	1420	LOMPAT JAUH	L 18	AKHIR
125	1420	LOMPAT JAUH	L 19 BP	AKHIR
126	1430	100 m	P 12 BP	AKHIR
127	1435	100 m	L 12 BP	AKHIR
128	1440	100 m	P 12	AKHIR
129	1445	100 m	L 12	AKHIR
130	1450	100 m	P 15 BP	AKHIR
131	1455	100 m	L 15 BP	AKHIR
132	1500	100 m	P 15	AKHIR
133	1505	100 m	L 15	AKHIR
134	1510	100 m	P 19 BP	AKHIR
135	1515	100 m	L 19 BP	AKHIR
136	1520	100 m	P 18	AKHIR
137	1525	100 m	L 18	AKHIR
<b>1530</b>	Penyampaian Hadiah 2 : No. Acara 126, 127, 128, 129, 130, 131			
138	1550	1500 m	P 15 BP	AKHIR
139	1600	1500 m	L 15 BP	AKHIR
140	1610	1500 m	P 15	AKHIR
141	1620	1500 m	L 15	AKHIR
<b>1630</b>	Penyampaian Hadiah 3 : No. Acara 121,122, 123, 124, 125, 132, 133, 134, 135, 136, 137			
142	1650	1500 m	P 19 BP	AKHIR
143	1700	1500 m	L 19 BP	AKHIR
144	1710	1500 m	P 18	AKHIR
145	1720	1500 m	L 18	AKHIR
146 / 202	1730	OKTA 4 - 400 m	L TERBUKA	AKHIR

<b>JADUAL ACARA KEJOHANAN</b>					
<b>TARIKH : 23/06/2026 (SELASA)</b>					
<b>BIL</b>	<b>MASA</b>	<b>ACARA</b>		<b>KATEGORI</b>	<b>PERINGKAT</b>
<b>201</b>	0730	5000 m JALAN KAKI		L 15	AKHIR
<b>202 / 216</b>	0810	OKTA 5 - 110 m LARI BERPAGAR	<i>0.914 m</i>	L TERBUKA	AKHIR
<b>203</b>	0810	LONTAR PELURU	<i>2.72 kg</i>	P 12	AKHIR
<b>204</b>	0810	LONTAR PELURU	<i>2.72 kg</i>	P 12 BP	AKHIR
<b>205</b>	0815	LOMPAT JAUH		P 15	AKHIR
<b>206</b>	0815	LOMPAT JAUH		P 15 BP	AKHIR
<b>207</b>	0820	LEMPAR CAKERA	<i>1.50 kg</i>	L 18	AKHIR
<b>208</b>	0820	LEMPAR CAKERA	<i>1.50 kg</i>	L 19 BP	AKHIR
<b>209</b>	0825	LOMPAT TINGGI	<i>1.25 m</i>	P 18	AKHIR
<b>0830</b>		Penyampaian Hadiah 4 : No. Acara 138, 139, 140, 140, 141, 142, 143, 144, 145			
<b>210 / 237</b>	0850	400 m		P 15 BP	SEPARUH AKHIR
<b>211 / 238</b>	0900	400 m		L 15 BP	SEPARUH AKHIR
<b>212 / 239</b>	0910	400 m		P 15	SEPARUH AKHIR
<b>213 / 240</b>	0925	400 m		L 15	SEPARUH AKHIR
<b>214 / 241</b>	0950	400 m		P 19 BP	SEPARUH AKHIR
<b>215 / 242</b>	1000	400 m		L 19 BP	SEPARUH AKHIR
<b>216 / 225</b>	1000	OKTA 6 - LOMPAT TINGGI	<i>1.30 m</i>	L TERBUKA	AKHIR
<b>217 / 243</b>	1010	400 m		P 18	SEPARUH AKHIR
<b>218 / 244</b>	1025	400 m		L 18	SEPARUH AKHIR
<b>219 / 236</b>	1035	110 m LARI BERPAGAR	<i>0.914 m</i>	L 18	SEPARUH AKHIR
<b>220 / 235</b>	1050	110 m LARI BERPAGAR	<i>0.838 m</i>	L 15	SEPARUH AKHIR
<b>221 / 234</b>	1105	100 m LARI BERPAGAR	<i>0.762 m</i>	P 18	SEPARUH AKHIR
<b>222 / 233</b>	1115	100 m LARI BERPAGAR	<i>0.762 m</i>	P 15	SEPARUH AKHIR
<b>223 / 232</b>	1135	80 m LARI BERPAGAR	<i>0.762 m</i>	L 12	SEPARUH AKHIR
<b>224 / 231</b>	1145	80 m LARI BERPAGAR	<i>0.762 m</i>	P 12	SEPARUH AKHIR
<b>1200</b>		Penyampaian Hadiah 5 : No. Acara 201, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 209			
<b>REHAT</b>					
<b>225 / 247</b>	1400	OKTA 7 - REJAM LEMBING	<i>700 g</i>	L TERBUKA	AKHIR
<b>226</b>	1405	LOMPAT TINGGI	<i>1.10 m</i>	P 12	AKHIR
<b>227</b>	1410	LOMPAT JAUH		L 15	AKHIR
<b>228</b>	1410	LOMPAT JAUH		L 15 BP	AKHIR
<b>229</b>	1415	LEMPAR CAKERA	<i>1.00 kg</i>	P 15	AKHIR
<b>230</b>	1415	LEMPAR CAKERA	<i>1.00 kg</i>	P 15 BP	AKHIR
<b>231</b>	1430	80 m LARI BERPAGAR	<i>0.762 m</i>	P 12	AKHIR
<b>232</b>	1440	80 m LARI BERPAGAR	<i>0.762 m</i>	L 12	AKHIR
<b>233</b>	1450	100 m LARI BERPAGAR	<i>0.762 m</i>	P 15	AKHIR
<b>234</b>	1500	100 m LARI BERPAGAR	<i>0.762 m</i>	P 18	AKHIR
<b>235</b>	1510	110 m LARI BERPAGAR	<i>0.838 m</i>	L 15	AKHIR
<b>236</b>	1520	110 m LARI BERPAGAR	<i>0.914 m</i>	L 18	AKHIR
<b>237</b>	1530	400 m		P 15 BP	AKHIR
<b>238</b>	1535	400 m		L 15 BP	AKHIR
<b>239</b>	1540	400 m		P 15	AKHIR
<b>240</b>	1545	400 m		L 15	AKHIR
<b>241</b>	1550	400 m		P 19 BP	AKHIR
<b>242</b>	1555	400 m		L 19 BP	AKHIR
<b>243</b>	1600	400 m		P 18	AKHIR
<b>244</b>	1605	400 m		L 18	AKHIR
<b>1615</b>		Penyampaian Hadiah 6 : No. Acara 226, 227, 228, 229, 230, 231, 232, 233, 234, 235, 236			
<b>245</b>	1630	3000 m		P TERBUKA	AKHIR
<b>246</b>	1645	3000 m		L TERBUKA	AKHIR
<b>247 / 2XY</b>	1700	OKTA 8 - 1500 m		L TERBUKA	AKHIR
<b>2XY</b>	-	OKTATHLON		L TERBUKA	AKHIR

JADUAL ACARA KEJOHANAN					
TARIKH : 24/06/2026 (RABU)					
BIL	MASA	ACARA		KATEGORI	PERINGKAT
301	0730	3000 m JALAN KAKI		P 15	AKHIR
302 / 315	0800	HEPTA 1 - 100 m LARI BERPAGAR	0.762 m	P TERBUKA	AKHIR
303	0800	LONTAR PELURU	5.00 kg	L 18	AKHIR
304	0800	LONTAR PELURU	5.00 kg	L 19 BP	AKHIR
305	0810	LEMPAR CAKERA	1.00 kg	L 15	AKHIR
306	0810	LEMPAR CAKERA	1.00 kg	L 15 BP	AKHIR
307	0815	LOMPAT KIJANG	P - 9	P 15	AKHIR
<b>0830</b>		Penyampaian Hadiah 7 : No. Acara 237, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246			
308 / 332	0850	4 x 100 m		P 15	SEPARUH AKHIR
309 / 333	0900	4 x 100 m		L 15	SEPARUH AKHIR
310 / 336	0910	4 x 100 m		P 18	SEPARUH AKHIR
311 / 337	0920	4 x 100 m		L 18	SEPARUH AKHIR
312	0930	4 x 100 m		MIX L 19 BP	AKHIR
313 / 407	0940	200 m LARI BERPAGAR	0.762 m	L 15	SEPARUH AKHIR
314 / 408	0955	200 m LARI BERPAGAR	0.762 m	P 15	SEPARUH AKHIR
315 / 321	1000	HEPTA 2 - LOMPAT TINGGI	1.20 m	P TB	AKHIR
316	1015	LEMPAR CAKERA	1.00 kg	P 18	AKHIR
317	1015	LEMPAR CAKERA	1.00 kg	P 19 BP	AKHIR
318	1020	LOMPAT KIJANG	P - 11	L 18	AKHIR
319 / 409	1020	400 m LARI BERPAGAR	0.762 m	P 18	SEPARUH AKHIR
320 / 410	1035	400 m LARI BERPAGAR	0.838 m	L 18	SEPARUH AKHIR
<b>1100</b>		Penyampaian Hadiah 8 : No. Acara 301, 303, 304, 305, 306, 307, 312			
<b>REHAT</b>					
321 / 342	1400	HEPTA 3 - LONTAR PELURU	3.00 m	P TERBUKA	AKHIR
322	1405	REJAM LEMBING	500 g	P 18	AKHIR
323	1405	REJAM LEMBING	500 g	P 19 BP	AKHIR
324	1410	LOMPAT JAUH		L 12	AKHIR
325	1410	LOMPAT JAUH		L 12 BP	AKHIR
326	1430	4 x 100 m		P 12 BP	AKHIR
327	1440	4 x 100 m		L 12 BP	AKHIR
328	1450	4 x 100 m		P 12	AKHIR
329	1500	4 x 100 m		L 12	AKHIR
330	1510	4 x 100 m		P 15 BP	AKHIR
331	1520	4 x 100 m		L 15 BP	AKHIR
<b>1530</b>		Penyampaian Hadiah 9 : No. Acara 316, 317, 318, 326, 327, 328, 329			
332	1540	4 x 100 m		P 15	AKHIR
333	1550	4 x 100 m		L 15	AKHIR
334	1600	4 x 100 m		P 19 BP	AKHIR
335	1610	4 x 100 m		L 19 BP	AKHIR
336	1620	4 x 100 m		P 18	AKHIR
337	1630	4 x 100 m		L 18	AKHIR
338 / 445	1640	800 m		P 15	SEPARUH AKHIR
339 / 446	1650	800 m		L 15	SEPARUH AKHIR
<b>1700</b>		Penyampaian Hadiah 10 : No. Acara 321, 322, 323, 324, 325			
340 / 449	1710	800 m		P 18	SEPARUH AKHIR
341 / 450	1720	800 m		L 18	SEPARUH AKHIR
342 / 402	1730	HEPTA 4 - 200 m		P TERBUKA	AKHIR

<b>JADUAL ACARA KEJOHANAN</b>				
<b>TARIKH : 25/06/2026 (KHAMIS)</b>				
<b>BIL</b>	<b>MASA</b>	<b>ACARA</b>	<b>KATEGORI</b>	<b>PERINGKAT</b>
<b>401</b>	0730	10000 m JALAN KAKI	L 18	AKHIR
<b>402 / 416</b>	0800	HEPTA 5 - LOMPAT JAUH	P TERBUKA	AKHIR
<b>403</b>	0805	TUKUL BESI <span style="float: right;"><i>5.00 kg</i></span>	L TB	AKHIR
<b>404</b>	0810	LOMPAT TINGGI <span style="float: right;"><i>1.20 m</i></span>	P 15	AKHIR
<b>405</b>	0815	LONTAR PELURU <span style="float: right;"><i>3.00 kg</i></span>	P 15	AKHIR
<b>406</b>	0815	LONTAR PELURU <span style="float: right;"><i>3.00 kg</i></span>	P 15 BP	AKHIR
<b>407</b>	0840	200 m LARI BERPAGAR <span style="float: right;"><i>0.762 m</i></span>	L 15	AKHIR
<b>408</b>	0850	200 m LARI BERPAGAR <span style="float: right;"><i>0.762 m</i></span>	P 15	AKHIR
<b>0900</b>		Penyampaian Hadiah 11 : No. Acara 330, 331, 332, 333, 334, 335, 336, 337, 401		
<b>409</b>	0910	400 m LARI BERPAGAR <span style="float: right;"><i>0.762 m</i></span>	P 18	AKHIR
<b>410</b>	0920	400 m LARI BERPAGAR <span style="float: right;"><i>0.838 m</i></span>	L 18	AKHIR
<b>411 / 430</b>	0940	200 m	P 12 BP	SEPARUH AKHIR
<b>412 / 431</b>	0950	200 m	L 12 BP	SEPARUH AKHIR
<b>413 / 432</b>	1000	200 m	P 12	SEPARUH AKHIR
<b>414</b>	1000	LOMPAT JAUH	P 12	AKHIR
<b>415</b>	1000	LOMPAT JAUH	P 12 BP	AKHIR
<b>416 / 442</b>	1005	HEPTA 6 - REJAM LEMBING <span style="float: right;"><i>500 g</i></span>	P TERBUKA	AKHIR
<b>417 / 433</b>	1010	200 m	L 12	SEPARUH AKHIR
<b>418 / 434</b>	1020	200 m	P 15 BP	SEPARUH AKHIR
<b>419 / 435</b>	1030	200 m	L 15 BP	SEPARUH AKHIR
<b>420 / 436</b>	1040	200 m	P 15	SEPARUH AKHIR
<b>421 / 437</b>	1055	200 m	L 15	SEPARUH AKHIR
<b>422 / 440</b>	1110	200 m	P 18	SEPARUH AKHIR
<b>423 / 441</b>	1125	200 m	L 18	SEPARUH AKHIR
<b>1140</b>		Penyampaian Hadiah 12 : No. Acara 403, 404, 405, 406, 407, 408, 409, 410, 411, 412		
<b>REHAT</b>				
<b>424</b>	1400	LONTAR PELURU <span style="float: right;"><i>3.00 kg</i></span>	P 18	AKHIR
<b>425</b>	1400	LONTAR PELURU <span style="float: right;"><i>3.00 kg</i></span>	P 19 BP	AKHIR
<b>426</b>	1405	LOMPAT KIJANG <span style="float: right;"><i>P - 9</i></span>	L 15	AKHIR
<b>427</b>	1410	LOMPAT TINGGI <span style="float: right;"><i>1.20 m</i></span>	L 12	AKHIR
<b>428</b>	1415	REJAM LEMBING <span style="float: right;"><i>600 kg</i></span>	L 15	AKHIR
<b>429</b>	1415	REJAM LEMBING <span style="float: right;"><i>600 kg</i></span>	L 15 BP	AKHIR
<b>430</b>	1430	200 m	P 12 BP	AKHIR
<b>431</b>	1435	200 m	L 12 BP	AKHIR
<b>432</b>	1440	200 m	P 12	AKHIR
<b>433</b>	1445	200 m	L 12	AKHIR
<b>434</b>	1450	200 m	P 15 BP	AKHIR
<b>435</b>	1455	200 m	L 15 BP	AKHIR
<b>436</b>	1500	200 m	P 15	AKHIR
<b>437</b>	1505	200 m	L 15	AKHIR
<b>438</b>	1510	200 m	P 19 BP	AKHIR
<b>439</b>	1515	200 m	L 19 BP	AKHIR
<b>440</b>	1520	200 m	P 18	AKHIR
<b>441</b>	1525	200 m	L 18	AKHIR
<b>1530</b>		Penyampaian Hadiah 13 : No. Acara 430, 431, 432, 433, 434, 435, 436		
<b>442 / 4XY</b>	1550	HEPTA 7 - 800 m	P TERBUKA	AKHIR
<b>443</b>	1600	800 m	P 15 BP	AKHIR
<b>444</b>	1605	800 m	L 15 BP	AKHIR
<b>445</b>	1610	800 m	P 15	AKHIR
<b>446</b>	1615	800 m	L 15	AKHIR
<b>1620</b>		Penyampaian Hadiah 14 : No. Acara 437, 438, 439, 440, 441		
<b>447</b>	1630	800 m	P 19 BP	AKHIR
<b>448</b>	1635	800 m	L 19 BP	AKHIR
<b>449</b>	1640	800 m	P 18	AKHIR
<b>450 / 4XX</b>	1645	800 m	L 18	AKHIR
<b>4XX</b>	-	HEPTATHLON	P TERBUKA	AKHIR

JADUAL ACARA KEJOHANAN				
TARIKH : 26/06/2026 (JUMAAT)				
BIL	MASA	ACARA	KATEGORI	PERINGKAT
501	0730	2000 m LARI BERHALANGAN <i>0.762 m</i>	P TERBUKA	AKHIR
502	0745	2000 m LARI BERHALANGAN <i>0.762 m</i>	L 15	AKHIR
503	0800	2000 m LARI BERHALANGAN <i>0.838 m</i>	L 18	AKHIR
504	0805	LOMPAT TINGGI <i>1.55 m</i>	L 18	AKHIR
505	0815	LONTAR PELURU <i>2.72 kg</i>	L 12	AKHIR
506	0815	LONTAR PELURU <i>2.72 kg</i>	L 12 BP	AKHIR
507	0820	TUKUL BESI <i>3.00 kg</i>	P TB	AKHIR
508	0830	LOMPAT KIJANG <i>P - 9</i>	P 18	AKHIR
<b>0900</b>		Penyampaian Hadiah 15 : No. Acara 443, 444, 445, 446, 447, 448, 449, 450, 501, 502, 503		
509 / 518	0930	4 x 400 m	P 15	SEPARUH AKHIR
510 / 519	0940	4 x 400 m	L 15	SEPARUH AKHIR
511 / 522	0950	4 x 400 m	P 18	SEPARUH AKHIR
512 / 523	1000	4 x 400 m	L 18	SEPARUH AKHIR
513 / 524	1020	4 x 400 m	MIX TERBUKA	SEPARUH AKHIR
<b>1100</b>		Penyampaian Hadiah 16 : No. Acara 504, 505, 506, 507, 508		
<b>REHAT</b>				
514	1430	4 x 200 m	P 12	AKHIR
515	1440	4 x 200 m	L 12	AKHIR
516	1450	4 x 400 m	P 15 BP	AKHIR
517	1500	4 x 400 m	L 15 BP	AKHIR
518	1510	4 x 400 m	P 15	AKHIR
519	1520	4 x 400 m	L 15	AKHIR
<b>1530</b>		Penyampaian Hadiah 17 : No. Acara 514, 515, 516, 517		
520	1540	4 x 400 m	P 19 BP	AKHIR
521	1550	4 x 400 m	L 19 BP	AKHIR
522	1600	4 x 400 m	P 18	AKHIR
523	1610	4 x 400 m	L 18	AKHIR
524	1620	4 x 400 m	MIX TERBUKA	AKHIR
<b>1630</b>		Penyampaian Hadiah 18 : No. Acara 518, 519, 520, 521, 522, 523, 524		