



Jadual Harian : 18hb November 2023 (Sabtu)

BIL	SUKAN/TEMPAT	MASA	ACARA	PERLAWANAN		
				TERBAIK 16		
1.	PING PONG - KOMPLEKS SUKAN BANGI, SEKSYEN 7, BANDAR BARU BANGI	9.00 PAGI	MEN DOUBLE	KLANG	Vs	SABAK BERNAM
				KUALA LANGAT	Vs	PETALING
				HULU LANGAT	Vs	GOMBAK
				HULU SELANGOR	Vs	KUALA SELANGOR
		9.30 PAGI	WOMEN DOUBLE	SABAK BERNAM	Vs	PETALING
				HULU LANGAT	Vs	KUALA LANGAT
				GOMBAK	Vs	KUALA SELANGOR
				HULU SELANGOR	Vs	KLANG



PING PONG - KOMPLEKS SUKAN BANGI, SEKSYEN 7, BANDAR BARU BANGI	10.00 PAGI	MEN DOUBLE	SABAK BERNAM	Vs	HULU LANGAT	
			KLANG	Vs	KUALA LANGAT	
			GOMBAK	Vs	KUALA SELANGOR	
			PETALING	Vs	HULU SELANGOR	
	10.30 PAGI	WOMEN DOUBLE	HULU SELANGOR	Vs	KUALA LANGAT	
			GOMBAK	Vs	KUALA SELANGOR	
			HULU LANGAT	Vs	KLANG	
			BYE	Vs	PETALING	
	REHAT					
	12.30 TGH HARI	MEN DOUBLE	SUKU AKHIR 1			
			SUKU AKHIR 2			
		WOMEN DOUBLE	SUKU AKHIR 1			
			SUKU AKHIR 2			



PING PONG - KOMPLEKS SUKAN BANGI, SEKSYEN 7, BANDAR BARU BANGI	REHAT				
	2.30 PETANG	MIXED DOUBLE	PETALING	Vs	BYE
			KUALA LANGAT	Vs	KUALA SELANGOR
			SABAK BERNAM	Vs	KLANG
			HULU SELANGOR	Vs	GOMBAK
	3.00 PETANG		HULU LANGAT	Vs	GOMBAK
			SABAK BERNAM	Vs	KLANG
			KUALA LANGAT	Vs	KUALA SELANGOR
			PETALING	Vs	HULU SELANGOR
	REHAT				
	SUKU AKHIR 4.00 PETANG	MIXED DOUBLE	SUKU AKHIR 1		
			SUKU AKHIR 2		
			SUKU AKHIR 1		
			SUKU AKHIR 2		
	REHAT				
SEPARUH AKHIR 5.00 PETANG	MIXED DOUBLE	SEPARUH AKHIR 1			
		SEPARUH AKHIR 2			



BIL	SUKAN/TEMPAT	MASA	KOD ACARA	ACARA	PERINGKAT	BIL GLG		
2.	PETANQUE - GELANGGANG PETANQUE PGA, CHERAS	8.30 AM - 10.00 AM	TL	TRIPLE LELAKI	SEPARUH AKHIR	2		
			TW	TRIPLE WANITA		2		
		10.00 AM - 11.30 AM	TL	TRIPLE LELAKI	AKHIR	1		
			TW	TRIPLE WANITA		1		
		12.00 PM - 1.30 PM	PL	BERPASUKAN LELAKI	PUSINGAN 1 PERMAINAN 1	12		
			PW	BERPASUKAN WANITA		12		
		REHAT						
		3.00 PM - 4.30 PM	PL	BERPASUKAN LELAKI	PUSINGAN 1 PERMAINAN 2	12		
			PW	BERPASUKAN WANITA		12		
		5.00 PM - 6.30 PM	PL	BERPASUKAN LELAKI	PUSINGAN 1 PERMAINAN 3	12		
			PW	BERPASUKAN WANITA		12		



BIL	SUKAN/TEMPAT	BIL	MASA	ACARA	PERLAWANAN			GLG
3.	SEPAK TAKRAW - UPTOWN SPORTS BANGI	1	8.30 PAGI	REGU TEAM	KUALA SELANGOR	lwn	KLANG	1
		2			HULU SELANGOR	lwn	KUALA LANGAT	2
		3			PETALING	lwn	GOMBAK	3
		4	SEMI FINAL		JOHAN A	lwn	NAIB JOHAN B	1
		5	8.30 MALAM		JOHAN B	lwn	NAIB JOHAN A	3



BIL	SUKAN/TEMPAT	MASA	KATEGORI	PUSINGAN	ACARA	GLG	
4.	SILAT - MARA JAPAN INDUSTRIAL INSTITUT, BERANANG	8.30 PAGI – 1.00 PETANG	SILAT OLAHRAGA	SUKU AKHIR	32 PERTANDINGAN (NO. 39 HINGGA NO. 70)		
		REHAT					
		2.00 PETANG – 6.30 PETANG	SILAT OLAHRAGA	SUKU & SEPARUH AKHIR	30 PERTANDINGAN (NO. 71 HINGGA NO. 100)		
		REHAT					
		8.00 MALAM – 11.00 MALAM	SILAT OLAHRAGA	SEPARUH AKHIR	16 PERTANDINGAN (NO. 101 HINGGA NO. 116)		



BIL	SUKAN/TEMPAT	NO ACARA	MASA	JANTINA	PERINGKAT	ACARA
5.	OLAHRAGA - KOMPLEKS SUKAN MPKJ, BANDAR BARU BANGI	201	7.30 PAGI	LELAKI	AKHIR	10000 m
		202	8.00 PAGI	WANITA	AKHIR	5000 m JALAN KAKI
		203	8.30 PAGI	LELAKI	AKHIR	LOMPAT KIJANG
		204	8.30 PAGI	WANITA	AKHIR	LOMPAT TINGGI
		205	8.30 PAGI	WANITA	AKHIR	REJAM LEMBING
		206	8.30 PAGI	WANITA	AKHIR	5000 m
		207	9.15 PAGI	WANITA	SEPARUH AKHIR – AKHIR	100 m LARI BERPAGAR
		208	9.30 PAGI	LELAKI	SEPARUH AKHIR	110 m LARI BERPAGAR
		209	10.00 PAGI	WANITA	SEPARUH AKHIR	400 m
		210	10.15 PAGI	LELAKI	SEPARUH AKHIR	400 m
		211	10.30 PAGI	WANITA	SEPARUH AKHIR	100 m
		212	10.45 PAGI	LELAKI	SEPARUH AKHIR	100 m
		213	3.00 PETANG	LELAKI	AKHIR	REJAM LEMBING
		214	3.00 PETANG	WANITA	AKHIR	LONTAR PELURU
		215	3.00 PETANG	LELAKI	AKHIR	LOMPAT JAUH
		216	3.00 PETANG	WANITA	AKHIR	100 m LARI BERPAGAR



OLAHRAGA - KOMPLEKS SUKAN MPKJ, BANDAR BARU BANGI	217	3.15 PETANG	LELAKI	AKHIR	110 m LARI BERPAGAR
	218	3.30 PETANG	WANITA	AKHIR	400 m
	219	3.45 PETANG	LELAKI	AKHIR	400 m
	220	4.00 PETANG	WANITA	AKHIR	100 m
	221	4.10 PETANG	LELAKI	AKHIR	100 m
	222	4.20 PETANG	WANITA	AKHIR	1500 m
	223	4.30 PETANG	LELAKI	AKHIR	1500 m
	224	4.40 PETANG	WANITA	AKHIR	3000 m LARI BERHALANGAN
	225	5.00 PETANG	LELAKI	AKHIR	3000 m LARI BERHALANGAN
	226	5.20 PETANG	WANITA	AKHIR	4 x 400 m
	227	5.30 PETANG	LELAKI	AKHIR	4 x 400 m