

பயிற்சி

1. பொருத்தமான கூற்றுக்கு ஏற்ற ஓட்டங்களைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக.

பாதம் தரையில் படும்படி ஓட வேண்டும்.

கால் முனையில் ஓட வேண்டும்.

பாதம் தரையில் படும்படி ஓட வேண்டும்

கால் முனையில் ஓட வேண்டும்

விரைவு ஓட்டம்

மெதுவோட்டம்

100 m

1500 m

800 m

200 m

4 x 100 m

4 x 200 m

400 m

5000 m

3000 m

10 000 m