



**JADUAL PEMERIKSAAN PERALATAN DAN LATIHAN PENYESUAIAN, TAKLIMAT PENGURUS PASUKAN
PARA SUKMA XXI SARAWAK, 2024
JAWATANKUASA SUKAN DAN TEKNIKAL PERTANDINGAN**

PARA POWERLIFTING

TARIKH	MASA	PERKARA	NEGERI/CATATAN	TEMPAT
21/9/2024	9:00-10:00 PAGI	PEMERIKSAAN PERALATAN DAN LATIHAN PENYESUAIAN	SARAWAK	DEWAN SERBAGUNA, JABATAN BELIA DAN SUKAN, KUCHING
	10:00-10:05 PAGI		BLACKOUT CLEANING	
	10:05-11:05 PAGI		KEDAH, PERAK, LABUAN	
	11:05-11:15 PAGI		BLACKOUT CLEANING	
	11:15-12:15 T/HARI		JOHOR, PERLIS, PULAU PINANG	
	12:15-12:25 T/HARI		BLACKOUT CLEANING	
	2:15-3:15 PETANG		KELANTAN, SABAH, PAHANG	
	3:15-3:20 PETANG		BLACKOUT CLEANING	
	3:20-4:20 PETANG		NEGERI SEMBILAN, MELAKA, SELANGOR, TERENGGANU	
	4:20-4:25 PETANG		BLACKOUT CLEANING	
22/9/2024	9:00-10:00 PAGI	PEMERIKSAAN PERALATAN DAN LATIHAN PENYESUAIAN	KELANTAN, SABAH, PAHANG	DEWAN SERBAGUNA, JABATAN BELIA DAN SUKAN, KUCHING
	10:00-10:05 PAGI		BLACKOUT CLEANING	
	10:05-11:05 PAGI		NEGERI SEMBILAN, MELAKA, SELANGOR, TERENGGANU	
	11:05-11:15 PAGI		BLACKOUT CLEANING	
	11:15-12:15 T/HARI		SARAWAK	
	12:15-12:25 T/HARI		BLACKOUT CLEANING	
	2:15-3:15 PETANG		KEDAH, PERAK, LABUAN	
	3:15-3:20 PETANG		BLACKOUT CLEANING	
	3:20-4:20 PETANG		JOHOR, PERLIS, PULAU PINANG	
	4:20-4:25 PETANG		BLACKOUT CLEANING	
23/9/2024	9:00-10:00 PAGI	PEMERIKSAAN PERALATAN DAN LATIHAN PENYESUAIAN	KEDAH, PERAK, LABUAN	DEWAN SERBAGUNA, JABATAN BELIA DAN SUKAN, KUCHING
	10:00-10:05 PAGI		BLACKOUT CLEANING	
	10:05-11:05 PAGI		JOHOR, PERLIS, PULAU PINANG	

	11:05-11:15 PAGI		BLACKOUT CLEANING	
	11:15-12:15 T/HARI		KELANTAN, SABAH, PAHANG	
	12:15-12:25 T/HARI		BLACKOUT CLEANING	
	2:15-3:15 PETANG		NEGERI SEMBILAN, MELAKA, SELANGOR, TERENGGANU	
	3:15-3:20 PETANG		BLACKOUT CLEANING	
	3:20-4:20 PETANG		SARAWAK	
	4:20-4:25 PETANG		BLACKOUT CLEANING	
23/9/2024	9:00 PAGI	TAKLIMAT PENGURUS PASUKAN		DEWAN SERBAGUNA, JABATAN BELIA DAN SUKAN, KUCHING