

## بعض المصادر والمراجع

- 1- كتاب الجديد في ألعاب القوى ط 2005 كمال جميل الرضي " :الجديد في ألعاب القوى"،  
دائرة المكتبة الوطنية بالأردن، الجامعة الأردنية، 1998م
- 2-فراج عبد الحميد توفيق " :النواحي الفنية لمسابقات العدو والجري والحواجز الموانع (التكنيك-  
العمل العضلي - الإصابات الشائعة- القانون الدولي)" موسوعة ألعاب القوى (1)، ط1، دار الوفاء  
للنشر، الإسكندرية 2004م.
- 3- كمال جميل الرضي " :الجديد في ألعاب القوى"، دائرة المكتبة الوطنية بالأردن، الجامعة الأردنية،  
1998م.