



KEPUTUSAN HARIAN

KONTINJEN SUKMA SELANGOR

AHAD, 16-08-2026

RENTAK KITA, AKSI KITA



Masa	Sukan	Acara	Pasukan	Venue	Peringkat	Keputusan
07:00	OLAHRAGA	10,000M JALAN KAKI (WANITA)	-	STADIUM UPM	AKHIR	KE- 7
08:00	PETANQUE	SINGLE LELAKI (ROBIN)	SELANGOR VS PERLIS	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	KALAH
08:00	PETANQUE	SINGLE WANITA (ROBIN)	SELANGOR VS PERLIS	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	KALAH
08:00	BOLING PADANG	MEN TRIPLES (MTRI)	SELANGOR VS PAHANG	KOMPLEKS BOLING PADANG BAYUEMAS	EFGH	MENANG
08:00	PETANQUE	SINGLE LELAKI (ROBIN)	SELANGOR VS SABAH	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	MENANG
08:00	PETANQUE	SINGLE WANITA (ROBIN)	SELANGOR VS NEGERI SEMBILAN	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	MENANG
08:30	PENCAK SILAT - SENI	TUNGGAL PUTRA	SELANGOR VS PERAK	DEWAN SERI SARJANA, UNITEN	AKHIR	EMAS
08:30	OLAHRAGA	LONTAR PELURU (LELAKI)	-	STADIUM UPM	AKHIR	KE-2
08:30	PENCAK SILAT - SENI	TUNGGAL PUTRI	SELANGOR VS SABAH	DEWAN SERI SARJANA, UNITEN	AKHIR	EMAS
08:30	PENCAK SILAT - SENI	GANDA PUTRA	SELANGOR VS PERAK	DEWAN SERI SARJANA, UNITEN	AKHIR	PERAK
08:50	OLAHRAGA	100M (LELAKI) - DEKATLON-1	-	STADIUM UPM	DEKATLON-1	KE- 2
09:00	SKUASY	PERSEORANGAN (WANITA)	SELANGOR VS WILAYAH PERSEKUTUAN	ASTAKA MBPJ	AWAL	MENANG
09:00	SKUASY	PERSEORANGAN (WANITA)	SELANGOR VS PAHANG	ASTAKA MBPJ	AWAL	MENANG
09:00	JUDO	LELAKI - TIDAK MELEBIHI 90KG	SELANGOR VS SARAWAK	IDEAL CONVENTION CENTRE SHAH ALAM	AWAL	MENANG
09:00	JUDO	LELAKI - MELEBIHI 90KG	SELANGOR VS WILAYAH PERSEKUTUAN	IDEAL CONVENTION CENTRE SHAH ALAM	AWAL	MENANG
09:00	JUDO	WANITA - TIDAK MELEBIHI 63KG	JOHOR VS SELANGOR	IDEAL CONVENTION CENTRE SHAH ALAM	AWAL	KALAH
09:00	JUDO	WANITA - TIDAK MELEBIHI 70KG	SELANGOR VS JOHOR	IDEAL CONVENTION CENTRE SHAH ALAM	AWAL	KALAH
09:00	BERBASIKAL - LEBUHRAYA	UJIAN MASA PERSEORANGAN (WANITA)	-	BAGAN LALANG	AKHIR	KE -9



KEPUTUSAN HARIAN

KONTINJEN SUKMA SELANGOR

AHAD, 16-08-2026

RENTAK KITA, AKSI KITA



Masa	Sukan	Acara	Pasukan	Venue	Peringkat	Keputusan
09:00	OLAHRAGA	LOMPAT BERGALAH (WANITA)	-	STADIUM UPM	AKHIR	PERAK (3.40m)
09:00	CATUR	STANDARD INDIVIDU (WANITA)	-	DEWAN SERI BERNAM	PUSINGAN 7	KALAH
09:00	CATUR	STANDARD BERPASUKAN (LELAKI)	-	DEWAN SERI BERNAM	AKHIR	EMAS
09:00	CATUR	STANDARD BERPASUKAN (WANITA)	-	DEWAN SERI BERNAM	PUSINGAN 7	KALAH
09:30	PETANQUE	SINGLE WANITA (ROBIN)	SELANGOR VS P.PINANG	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	MENANG
09:30	PETANQUE	SINGLE LELAKI (ROBIN)	SELANGOR VS JOHOR	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	KALAH
09:30	KRIKET LELAKI	50 OVERS (LELAKI)	PERAK VS SELANGOR	KRIKET OVAL BAYUEMAS	AWAL	MENANG
09:30	PETANQUE	SINGLE LELAKI (ROBIN)	SELANGOR VS WILAYAH PERSEKUTUAN	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	MENANG
09:30	PETANQUE	SINGLE WANITA (ROBIN)	SELANGOR VS PAHANG	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	KALAH
09:40	OLAHRAGA	LOMPAT JAUH (LELAKI) - DEKATLON-2	-	STADIUM UPM	DEKATLON-2	KE- 6
09:45	OLAHRAGA	100M (WANITA)	-	STADIUM UPM	SEPARUH AKHIR (2)	KE - 3
10:00	AKUATIK - POLO AIR	BERPASUKAN (WANITA)	SELANGOR V S NEGERI SEMBILAN	PUSAT AKUATIK DARUL EHSAN	KUMPULAN	MENANG
10:00	TAEKWONDO	TIDAK MELEBIHI 68 KG	SELANGOR VS KEDAH	IDEAL CONVENTION CENTRE SHAH ALAM	PUSINGAN AWAL - AKHIR	KALAH
10:00	TAEKWONDO	TIDAK MELEBIHI 57 KG	SELANGOR VS WILAYAH PERSEKUTUAN	IDEAL CONVENTION CENTRE SHAH ALAM	PUSINGAN AWAL - AKHIR	KALAH
10:00	TAEKWONDO	TIDAK MELEBIHI 80 KG	SELANGOR VS SABAH	IDEAL CONVENTION CENTRE SHAH ALAM	PUSINGAN AWAL - AKHIR	MENANG
10:00	TAEKWONDO	MELEBIHI 87 KG	SELANGOR VS BRUNEI	IDEAL CONVENTION CENTRE SHAH ALAM	PUSINGAN AWAL - AKHIR	KALAH
10:00	TAEKWONDO	MELEBIHI 73 KG	SELANGOR VS TERENGGANU	IDEAL CONVENTION CENTRE SHAH ALAM	PUSINGAN AWAL - AKHIR	KALAH
10:15	OLAHRAGA	100M (LELAKI)	-	STADIUM UPM	SEPARUH AKHIR (3)	MENANG



KEPUTUSAN HARIAN

KONTINJEN SUKMA SELANGOR

AHAD, 16-08-2026

RENTAK KITA, AKSI KITA



Masa	Sukan	Acara	Pasukan	Venue	Peringkat	Keputusan
10:30	BOLING PADANG	WOMEN SINGLES (WSIN)	SELANGOR VS SABAH	KOMPLEKS BOLING PADANG BAYUEMAS	JKLM	MENANG
10:45	OLAHRAGA	LONTAR PELURU (LELAKI) - DEKATLON-3	-	STADIUM UPM	DEKATLON-3	KE -2
11:00	PETANQUE	SINGLE LELAKI (ROBIN)	SELANGOR VS KEDAH	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	KALAH
11:00	PETANQUE	SINGLE WANITA (ROBIN)	SELANGOR VS KEDAH	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	MENANG
11:00	FUTSAL LELAKI	BERPASUKAN (LELAKI)	B2 - PERAK VS B3 - SELANGOR	DEWAN KOMBES SELANGOR	AWAL	MENANG
11:00	OLAHRAGA	110M LARI BERPAGAR (LELAKI)	-	STADIUM UPM	SEPARUH AKHIR (2)	KE - 4
11:00	PETANQUE	SINGLE LELAKI (ROBIN)	SELANGOR VS TERENGGANU	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	MENANG
11:00	PETANQUE	SINGLE WANITA (ROBIN)	SELANGOR VS PINANG	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	KALAH
11:30	OLAHRAGA	100M LARI BERPAGAR (WANITA)	-	STADIUM UPM	SEPARUH AKHIR (2)	MENANG
12:00	SEPAK TAKRAW	BERPASUKAN (WANITA)	A1 - SABAH VS A2 - SELANGOR	ARENA MBSJ PUCHONG	KUMPULAN	KALAH
12:30	PENCAK SILAT (TANDING)	KELAS B PUTRI	SELANGOR VS KELANTAN	DEWAN SERI SARJANA, UNITEN	AWAL	MENANG
12:30	PENCAK SILAT (TANDING)	KELAS A PUTRI	SELANGOR VS PERAK	DEWAN SERI SARJANA, UNITEN	AWAL	MENANG
13:00	JUDO	LELAKI - MELEBIHI 90KG	SELANGOR VS TERENGGANU	IDEAL CONVENTION CENTRE SHAH ALAM	AKHIR	GANGSA
13:00	SOFBOL	BERPASUKAN (LELAKI)	C2 - SELANGOR VS C3 - W. PERSEKUTUAN	PADANG SOFBOL UKM	PUSINGAN PERTAMA	MENANG
14:00	TINJU	FLY (51KG)	SELANGOR VS PULAU PINANG	DEWAN TUN ABDULLAH MOHAMAD SALLEH	AWAL	KALAH
14:00	FUTSAL WANITA	BERPASUKAN (WANITA)	B2 - SELANGOR VS B3 - W. PERSEKUTUAN	SPORTIZA BATU TIGA	AWAL	MENANG
14:00	KABBADI	BERPASUKAN (WANITA)	Y1 SELANGOR VS Y4 N. SEMBILAN	STADIUM MBSJ SERDANG JAYA	AWAL	MENANG
14:00	PETANQUE	SINGLE LELAKI (ROBIN)	SELANGOR VS SARAWAK	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	MENANG



KEPUTUSAN HARIAN

KONTINJEN SUKMA SELANGOR

AHAD, 16-08-2026

RENTAK KITA, AKSI KITA



Masa	Sukan	Acara	Pasukan	Venue	Peringkat	Keputusan
14:00	PETANQUE	SINGLE WANITA (ROBIN)	SELANGOR VS WILAYAH PERSEKUTUAN	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	MENANG
14:00	SKUASY	PERSEORANGAN (WANITA)	SELANGOR VS KEDAH	ASTAKA MBPJ	PUSINGAN 2	KALAH
14:00	SKUASY	PERSEORANGAN (WANITA)	SELANGOR VS KEDAH	ASTAKA MBPJ	PUSINGAN 2	KALAH
14:00	PETANQUE	SINGLE WANITA (ROBIN)	SELANGOR VS TERENGGANU	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	KALAH
14:00	PETANQUE	SINGLE LELAKI (ROBIN)	SELANGOR VS MELAKA	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 1	KALAH
14:30	PENCAK SILAT (TANDING)	KELAS BEBAS PUTRI	SELANGOR VS JOHOR	DEWAN SERI SARJANA, UNITEN	AWAL	KALAH
14:30	PENCAK SILAT (TANDING)	KELAS C PUTRI	SELANGOR VS SARAWAK	DEWAN SERI SARJANA, UNITEN	AWAL	MENANG
14:30	PENCAK SILAT (TANDING)	KELAS B PUTRA	SELANGOR VS PULAU PINANG	DEWAN SERI SARJANA, UNITEN	SUKU AKHIR	MENANG
14:30	PENCAK SILAT (TANDING)	KELAS UNDER 45 PUTRA	SELANGOR VS PULAU PINANG	DEWAN SERI SARJANA, UNITEN	SUKU AKHIR	KALAH
14:30	PENCAK SILAT (TANDING)	KELAS A PUTRA	SELANGOR VS MELAKA	DEWAN SERI SARJANA, UNITEN	SUKU AKHIR	KALAH
15:00	AKUATIK - POLO AIR	BERPASUKAN (LELAKI)	SELANGOR VS NEGERI SEMBILAN	PUSAT AKUATIK DARUL EHSAN	KUMPULAN	MENANG
15:00	BERBASIKAL - LEBUHRAYA	UJIAN MASA PERSEORANGAN (LELAKI)	-	BAGAN LALANG	AKHIR	KE - 4
15:00	OLAHRAGA	LOMPAT JAUH (WANITA)	-	STADIUM UPM	AKHIR	KE - 10
15:00	OLAHRAGA	LEMPAR CAKERA (WANITA)	-	STADIUM UPM	AKHIR	EMAS
15:00	OLAHRAGA	LOMPAT TINGGI (LELAKI) - DEKATLON-4	-	STADIUM UPM	DEKATLON-4	KE - 3
15:00	SKUASY	PERSEORANGAN (LELAKI)	SELANGOR VS PAHANG	ASTAKA MBPJ	PUSINGAN 2	MENANG
15:00	SKUASY	PERSEORANGAN (LELAKI)	SELANGOR VS PERLIS	ASTAKA MBPJ	PUSINGAN 2	MENANG
15:30	JUDO	LELAKI - TIDAK MELEBIHI 90KG	SELANGOR VS PENANG	IDEAL CONVENTION CENTRE SHAH ALAM	AKHIR	PERAK



KEPUTUSAN HARIAN

KONTINJEN SUKMA SELANGOR

AHAD, 16-08-2026

RENTAK KITA, AKSI KITA



Masa	Sukan	Acara	Pasukan	Venue	Peringkat	Keputusan
15:30	OLAHRAGA	100M LARI BERPAGAR (WANITA)	-	STADIUM UPM	AKHIR	KE - 5
15:30	SOFBOL	BERPASUKAN (WANITA)	D1 - JOHOR VS D2 - SELANGOR	PADANG SOFBOL UKM	PUSINGAN PERTAMA	KALAH
15:40	CATUR	STANDARD INDIVIDU (LELAKI)	-	DEWAN SERI BERNAM	AKHIR	KE 10
15:40	CATUR	STANDARD INDIVIDU (WANITA)	-	DEWAN SERI BERNAM	AKHIR	PERAK
15:40	CATUR	STANDARD BERPASUKAN (LELAKI)	-	DEWAN SERI BERNAM	AKHIR	EMAS
15:40	CATUR	STANDARD BERPASUKAN (WANITA)	-	DEWAN SERI BERNAM	AKHIR	GANGSA
15:45	OLAHRAGA	110M LARI BERPAGAR (LELAKI)	-	STADIUM UPM	AKHIR	KE - 6
16:00	BOLING PADANG	WOMEN FOURS (WFOU)	SELANGOR VS WILAYAH PERSEKUTUAN	KOMPLEKS BOLING PADANG BAYUEMAS	NPQR	MENANG
16:00	OLAHRAGA	1500M (WANITA)	-	STADIUM UPM	SEPARUH AKHIR (2)	KE - 6
16:00	ANGKAT BERAT	TIDAK MELEBIHI 53 KG (WANITA)	-	DEWAN SERI CEMPAKA	AKHIR	PERAK
16:00	PETANQUE	SINGLE WANITA(1/16)	SELANGOR VS SARAWAK	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 2 (KALAH SINGKIR)	KALAH
16:00	PETANQUE	SINGLE LELAKI (1/16)	SELANGOR VS JOHOR	ARENA PETANQUE KUALA SELANGOR	PUSINGAN 2 (KALAH SINGKIR)	MENANG
16:00	TAEKWONDO	TIDAK MELEBIHI 80 KG	SELANGOR VS WILAYAH PERSEKUTUAN	IDEAL CONVENTION CENTRE SHAH ALAM	SEPARUH AKHIR	KALAH
16:20	OLAHRAGA	1500M (LELAKI)	-	STADIUM UPM	SEPARUH AKHIR (2)	MENANG
16:30	BOLING PADANG	MEN PAIRS (MPAI)	SELANGOR VS JOHOR	KOMPLEKS BOLING PADANG BAYUEMAS	ABCD	MENANG
16:40	OLAHRAGA	100M (WANITA)	-	STADIUM UPM	AKHIR	PERAK
16:50	OLAHRAGA	100M (LELAKI)	-	STADIUM UPM	AKHIR	KE - 7
17:10	OLAHRAGA	400M (LELAKI) - DEKATLON-5	-	STADIUM UPM	DEKATLON-5	KE - 5



KEPUTUSAN HARIAN

KONTINJEN SUKMA SELANGOR

AHAD, 16-08-2026

RENTAK KITA, AKSI KITA



Masa	Sukan	Acara	Pasukan	Venue	Peringkat	Keputusan
17:30	OLAHRAGA	10 000M (LELAKI)	-	STADIUM UPM	AKHIR	KE - 12, 13
18:00	HOKI WANITA	BERPASUKAN (WANITA)	SELANGOR VS PAHANG	STADIUM HOKI MBPJ	AWAL	KALAH
19:00	BOLA KERANJANG 5X5	BERPASUKAN WANITA 5X5	SELANGOR VS SARAWAK	DEWAN BOLA KERANJANG BUKIT TINGGI 2	PUSINGAN 2	MENANG
20:00	TINJU	BANTAM (54KG)	JOHOR VS SELANGOR	DEWAN TUN ABDULLAH MOHAMAD SALLEH	AWAL	MENANG
20:00	SEPAK TAKRAW	BERPASUKAN (LELAKI)	B1 - SELANGOR VS B3 - SARAWAK	ARENA MBSJ PUCHONG	KUMPULAN	MENANG
20:00	BOLA KERANJANG 5X5	BERPASUKAN (LELAKI)	PERAK VS SELANGOR	DEWAN BOLA KERANJANG BUKIT TINGGI 2	PUSINGAN 2	MENANG
20:00	BOLING PADANG	MEN TRIPLES (MTRI)	SELANGOR VS MELAKA	KOMPLEKS BOLING PADANG BAYUEMAS	EFGH	MENANG
20:30	BOLA SEPAK LELAKI	BERPASUKAN (LELAKI)	C2 - KEDAH VS C3 - SELANGOR	STADIUM MBPJ	PERLAWANA N 11	MENANG

