

KRETSMESTARSKAP I FRIIDRETT 2023

TIDSSKJEMA SØNDAG

KL. 10.00 ÅPNING

200 METER

			HEAT	UTØVERE
KL. 10.05	200 M	GUTTER 11 ÅR	1	5
KL. 10.15	200 M	GUTTER 12 ÅR	1	4
KL. 10.25	200 M	GUTTER 13 ÅR	1	5
KL. 10.35	200 M	GUTTER 14 ÅR	1	4
KL. 10.45	200 M	JENTER 11 ÅR	1	8
KL. 10.50	200 M	JENTER 12 ÅR	1	6
KL. 11.00	200 M	JENTER 13+14 ÅR	1	4+4

5000 METER

			HEAT	UTØVERE
KL, 11.10.	5000 M	MENN	1	5

STAFETT

			HEAT	LAG
KL. 11.30	4 X 100 M STAFETT	GUTTER/JENTER 13-14 ÅR	1	1+1

400 METER

			HEAT	UTØVERE
KL. 11.40	400 M	MENN+KVINNER	1	2+3

400 METER HEKK

			HEAT	UTØVERE
KL. 11.50	400 M HEKK	MENN	1	1

300 METER HEKK

			HEAT	UTØVERE
kl. 11.55	300 METER HEKK	G-15 + J-15	1	2+2

200 METER HEKK

			HEAT	UTØVERE
KL. 12.05	JENTER 13+14 ÅR		1	2+2
KL. 12.15	GUTTER 13+14 ÅR		1	3+2

600 METER

			HEAT	UTØVERE
KL. 12.30	600 M	GUTTER 11+12 ÅR	1	3+4
KL. 12.40	600 M	GUTTER 13+14 ÅR+JENTER 14 ÅR	1	4+5+1
KL. 12.50	600 M	JENTER 11+12 ÅR	1	6+4
KL. 13.00	600 M	JENTER 13	1	6

100 METER

			HEAT	UTØVERE
KL. 13.10	100 M	KVINNER	1	3
KL. 13.15	100 M	MENN	1	4

1500 METER

			HEAT	UTØVERE
KL. 13.30	1500 M	MENN+KVINNER	1	7+2

HØYDE

				UTØVERE
KL. 10.05	HØYDE	JENTER 13+ 14 ÅR + KS		1+1+2

KL. 11.00	HØYDE	JENTER 11		6
KL. 12.00	HØYDE	JENTER 12 ÅR		7
KL. 12.45	HØYDE	GUTTER ALLE + MS		2+3+4+2+1

LENGDE - GROP 1

KL. 10,25	LENGDE	GUTTER 11 + 12 ÅR		3+4
KL. 11.20	LENGDE	JENTER 13 + 14 ÅR	J-14 PLANKE	4+2
KL. 12.20	LENGDE	JENTER 11 ÅR		9

LENGDE - GROP 2

KL. 10.05	LENGDE	JENTER 12 ÅR		9
KL. 11.10	LENGDE	GUTTER 12+13+14 ÅR	G-14 PLANKE	4+2+3
KL. 12.30	LENGDE	MS/KS		2+3

SPYD

KL. 10.05	SPYD	JENTER 11-12 ÅR		3+4
KL. 11.30	SPYD	GUTTER ALLE + MS		1+1+3+3+2+2
KL. 13.00	SPYD	JENTER 13+14+17 ÅR		2+2

SLEGG

KL. 11.00	SLEGG	GUTTER 11 ÅR + JENTER 11-13 ÅR		1+4+1+2
KL. 11.50	SLEGG	JENTER 14 ÅR + JENTER 18/19 ÅR		3+1
KL. 12.30	SLEGG	GUTTER 14, 15, 18/19 ÅR + MS		2+2+1+1

Opprop løp - det blir avkrysning 45 minutter før øvelsesstart.

Tekniske øvelser - opprop på øvelsessted 15 minutter før.