

Tidsskjema KM innendørs Hedmark og Oppland med innlagt Indoor Games

Lørdag 21.januar

Løp

12:00	60m hekk	Jenter 12 år og Gutter 12 år
12:05	60m hekk	Jenter 13 år og 14 år
12:15	60m hekk	Jenter 15 år, 16 år og 18/19 år
12:20	60m hekk	Gutter 16 år og 18/19 år
12:25	60m	Gutter 15 år
12:30	60m	Gutter 16 år
12:35	60m	Gutter 17 år
12:40	60m	Gutter 18/19 år og Menn senior
12:45	60m	Jenter 15 år
12:55	60m	Jenter 16 år
13:00	60m	Jenter 17 år
13:05	60m	Jenter 18/19 år
13:10	60m	Kvinner senior
13:20	60m	Jenter 14 år
13:30	60m	Jenter 11 år
13:35	60m	Jenter 12 år
13:45	60m	Jenter 13 år
13:50	60m	Gutter 11 år og 12 år
13:55	60m	Gutter 13 år
14:00	60m	Gutter 14 år
14:05	60m	Superfinal Kvinner B
14:10	60m	Superfinale Menn B
14:15	60m	Superfinale Kvinner A
14:20	60m	Superfinale Menn A
14:40	400m	Gutter 15 år, 16 år og 17 år
14:45	400m	Menn senior
14:50	400m	Jenter 15 år, 16 år , 17 år o g 18/19 år
15:00	600m	Gutter 12år, 13 år og 14 år
15:10	600m	Jenter 12 år, 13 år og 14 år
15:20	1500m	Menn senior

Hopp

12:00	Høyde	Jenter 15 år, 16 år, 17 år, 18/19 år og Kvinner senior
12:10	Lengde	Gutter 11 år, 12 år, 13 år og 14 år
13:00	Høyde	Jenter 14 år
13:15	Lengde	Gutter 15 år, 16 år, 17 år, 18/19 år og Menn senior
14:00	Høyde	Jenter 11 år, 12 år og 13 år
14:30	Tresteg	Jenter 15 år, 17 år og Kvinner senior

Kast

12:15	Kule	Jenter 14 år (4kg)
13:00	Kule	Jenter 11 år, 12 år og 13 år (Alle 2kg)
14:00	Kule	Gutter 11 år(2kg), 12 år(3kg), 13 år(3kg) og 14 år(4kg)

Avkryssing 1 time før øvelsesstart i alle øvelser

På 60m er det tid avgjørende. De 16 beste gutter/menn og jenter/kvinner 15 år og eldre går til superfinale.

Superfinalen telles ikke i KM.

De som konkurrerer i KM kommer i samme heat.