

# Tidsskjema KM 2021 i Molde - Søndag

pr 17/6 kl 23:00

	Løp	Lengde 1	Lengde 2	Høgde/Stav	Kule	Liten ball/Spyd	Slegge
	<b>200 m</b>					<b>Spyd</b>	
12.00	G11+G12	J12	J13		G15+G16+MS	J13+J15+J16+J18/19	
12.05	G13						
12.15	G14						
12.20	G15			G11+G12+G13			
12.25	G16+G17	J18/19+KS				<b>Liten ball</b>	
12.30	G18/19					J12	
12.35	MS						
12.40	J11						
12.45	J14						
12.50	J15			G15+G16+G17	G13+G14		
13.00	J12	J11				G11+G12	
13.05	J13						
13.10			J14				
13.15	J18/19			<b>STAV</b>			
13.20	<b>3000 m</b>			J17			
13.25	MS						
13.30							
13.35	<b>1500 m</b>						
13.40	G13+J13	J15			G11+G12		
13.45	<b>2000 m</b>						
13.50	G15+J15+J16+J17			J13+J14		J11	
14.00	<b>200 m hk</b>						
14.05	J13						
14.10	G13						
	<b>300 m hk</b>						
14.20	J16			G16+J15			
14.30	<b>400 m hk</b>						G13+G16+J14+
14.35	J17 + MS						J18/19+MS
14.40							

## Opprop/avkryssing

På grunn av Covid-19 så blir det ikkje avkryssing. Alle møter til start seinast 10 min. før øvinga skal starter

## Resultat

Resultata vert slått opp på oppslagstavle ved speakerbua

## Covid-19

Garderober finner du i Idrettens hus. Husk god avstand til andre når du er i garderoba.

Alle må sette seg inn i gjeldande smittevernregler som du finner på friidrett.no

Trenarar som har fått tilgang til hovudtribuna må vere utanfor gjerdet. Foreldre og tilskodarar har ikkje tilgang til hovudtribuna. Dei må opphalde seg utanfor gjerdet i svingane eller på tribuna på motsatt side av hovudtribuna. Dette på grunn av at antallbegrensningar i hht. gjeldande smittevernreglar.

## Premieutdeling

Premieutdeling rett etter at øvinga er ferdig. Medalje til dei tre beste i kvar øving