

TIDSSKJEMA FOR SØNDAG 27. JUNI - VETERAN-NM FØRDE

Tid	Løp	Klasse	Tresteg	Vektkast	Spyd
0945				MV 70-79 (5) KV 50-59 (2)	
1000	110 mhk (99,1 cm)	MV 40-49 (2)	KV 60-79 (3)		MV 80-89 (5)
1010	100 mhk (91,4 cm)	MV 50-59 (5)			
1020	80 mhk (76,2 cm)	MV 70-79 (5)			
1030	80 mhk (68,6 cm)	MV 80-89 (4)	MV 40-59 (6)		
1035	80 mhk (68,6 cm)	KV 60-69 (2)			
1050	400 m	MV 35-44 (5)			
1055	400 m	MV 45-49 (5)			
1100	400 m	MV 60-64 (5)		MV 80-89 (5)	MV 70-79 (9)
1110	400 m	MV 55-59 (6)			
1115	400 m	KV 35-69 (5)			
1120	400 m	MV 65-69 (4)			
1130	400 m	MV 75-84 (4)	MV 60-74 (6)		
1135	400 m	MV 50-54 (2)			
1150				MV 60-69 (7) KV 45-49 (1)	

1155	1500 m	MV 45-54 (6)			
1205	1500 m	MV 55-64 (8)			
1215	1500 m	MV 65-89 (12)			
1230	1500 m	KV 70-79 (2)	MV 75-89 (8)		MV 40-59 (11)
1300	5000 m	MV 60-84 (6) KV 70-79 (2) KV 40-44 (1)		KV 60-79 (9)	
1350	10000 m	MV 35-59 (11)			
1400					MV 60-69 (7)
1410				MV 40-59 (9)	

OPPROP FOR HOPP OG KAST 15 MIN. FØR START VED ØVINGSTADEN.

OPPROP FOR LØP VED AVKRYSSING 1 TIME FØR START.

Påfør årsbeste i løpsøvelsene.