

## TIDSSKJEMA FOR FREDAG 24. AUGUST 2018

| Tid  | Løp                              | Klasse              | Høyde        | Lengde       | Kule             | Slegge       |
|------|----------------------------------|---------------------|--------------|--------------|------------------|--------------|
|      |                                  |                     |              |              |                  | Tren.bane    |
| 1555 | Offisiell åpning av mesterskapet |                     |              |              |                  |              |
| 1600 | 100 m                            | MV 40-44 (7) forsøk | KV 45-54 (3) | MV 50-59 (7) | KV 55-74 (7)     | MV 60-74 (9) |
| 1610 | 100 m                            | KV 35-54 (6)        |              |              |                  |              |
| 1615 | 100 m                            | KV 55-64 (5)        |              |              |                  |              |
| 1620 | 100 m                            | KV 65-79 (3)        |              |              |                  |              |
| 1625 | 100 m                            | MV 35-39 (2)        |              |              |                  |              |
| 1630 | 100 m                            | MV45-49 (5)         | KV 55-74 (6) |              |                  |              |
| 1635 | 100 m                            | MV 50-54 (5)        |              |              |                  |              |
| 1640 | 100 m                            | MV 55-59 (5)        |              |              |                  |              |
| 1645 | 100 m                            | MV 60-64 (2)        |              |              |                  |              |
| 1650 | 100 M                            | MV 65-69 (6)        |              |              |                  |              |
| 1655 | 100 M                            | MV 70-74 (5)        |              | MV 35-49 (6) | KV 45-54 (5)     |              |
| 1700 | 100 M                            | MV 75-79 (3)        |              |              |                  |              |
| 1705 | 100 M                            | MV80-84 (6)         | <b>Stav</b>  |              |                  | MV 75-89 (8) |
| 1710 | 100 M                            | MV 85-94 (3)        |              |              |                  |              |
| 1715 | 100 M                            | MV 40-44 (6) finale | MV 45-59 (4) |              |                  |              |
| 1720 | Kappgang                         | KV+MV (11)          |              |              |                  |              |
| 1740 |                                  |                     |              | MV60-74 (13) | <b>Slegge</b>    |              |
| 1800 | 1500 m                           | KV 35-79 (8)        |              |              | <b>Hovedbane</b> |              |
| 1815 | 3000 m                           | MV 60-79 (18)       |              |              |                  |              |
| 1820 |                                  |                     | MV 60-89 (9) |              | MV40-59 (13)     | KV 45-74 (6) |
| 1850 | 5000 m                           | MV 35-44 (10)       |              |              |                  |              |
| 1910 |                                  |                     |              | MV 75-89 (8) |                  |              |
| 1920 | 5000 m                           | MV 45-59 (9)        |              |              |                  |              |
|      |                                  |                     |              |              |                  |              |

**OPPROP FOR HOPP OG KAST 15 MIN. FØR START VED ØVELSESSTEDENE.**

**OPPROP FOR LØP VED AVKRYSSING 1 TIME FØR START.**

**Påfør årsbeste i løpsøvelsene.**