

TIDSSKJEMA FOR LØRDAG 1. JUNI 2019							
Tid	Løp	Klasse	Lengde og	Stav	Høyde	Spyd og	Kule
			tresteg			ball	
1155	Offisiell åpning av stevnet						
1200	60 mHK	J11(4)	G14+MS (6)	MV(2)	J13-14 (6)	Ball G10 (5)	KMU (2)
1205	60 mHK	G11 (1)+G12(2)					GMU+MMU(10)
1210	60 mHK	J12 (7)					
1230	200 mHK	J13(2)+J14 (3)				G11-12 (5)	
1240	200 mHK	KS (3)					
1250	200 mHK	G14(3)+MS(1)	G13 (11)				
1300	200 m	J15(8)			J10-12 (14)		
1310	200 m	J16(5)		G10-12(3)			J13-14 (4)
1315	200 m	KS (7)				G16+MS+MV(6)	
1325	200 m	KMU(2)+GMU(2)					
1335	200 m	MMU(6)					
1340	200 m	G13 (6)					J15-KV (7)
1345	200 m	G14(3)					
1350	200 m	G15 (6)					
1355	200 m	G16 (6)		G13-15(6)			
1400	200 m	G17(2)+MV(1)	G10-12 (13)				
1405	200 M	MS(9)+MJ(1)					
1420	60 M	Racerunnere(3)					
1430	600m	J10-11 (9)			J16-KS (8)		
1436	600m	J12 (9)					
1442	600 m	J13(8)					
1448	600 m	J14(6)					J10-12 (11)
1454	600 m	G10-12(12)					
1500	600 m	G13-14(9)				G13-15 (10)	
1515	800m	J15+16+KS(9)					
1523	800 m	GMU+MMU(6)					
1530	800 m	Racerunnere(3)	3stegG15+KS(2)				
1540	800 M	G15-17(11)					
1548	800 m	MS (9)					
1600	3000M	KS+MS(14)					
HUSK AVKRYSSING I LØP SENEST 45 MIN. FØR START!							
Ingen finaler i løp, tid avgjørende. Noter årsbeste på avkryssingskjema.							
OPPROP FOR HOPP OG KAST 10 MIN. FØR START VED ØVELSESSTEDET.							
Bare 4 forsøk for klasse 10-12 år og funksjonshemmede i lengde og kast.							

