



TIDSSKJEMA TELEMARSKARUSELL 1 – 2019 – NOTODDEN IDRETTSHALL – LØRDAG 09.03.2019

Starttid	60M	HØYDE UTE TILLØP	LENGDE UTEN TILLØP 4 hopp på alle (6 hvis nok tid)	KULE 4 støt på alle (6 hvis nok tid)
11:00	J-10 og G-10 2 heat	J-15, J-16 og KS (6)	G-14, G-15, G-16 og MS (12)	J-13 og J-14 (16)
11:10	J-11 og G-11 1 heat			
11:20	G-12 2 heat			
11:30	J-12 2 heat			
11:40	G-13 + G-14 2 heat	J-10, J-11, J-12, G-10 og G-11 (11)		
11:50	J-13 2 heat		G-12 og G-13 (14)	
12:00	J-14 2 heat			G-14, G-15, G-16, G-17 og MS (8)
12:10				
12:20	J-15 + J-16 2 heat			
12:30				
12:40	KS 1 heat	G-12 og G-13 (10)	J-13 og J-14 (18)	G-10, G-11, J-15, J-16, J-17, KS (11)
12:50				
13:00	G-15 + G-16 2 heat			
13:10	MS 2 heat			
13:20				
13:30		J-13, J-14 og G-14 (7)	J-10, J-11, J-12, G-10 og G-11 (14)	G-12 og G-13 (11)
13:40				
13:50				
14:00				
14:10		G-15, G-16 og MS (6)		
14:20			J-15, J-16 og KS (10)	J-10, J-11 og J-12 (11)
14:30				
14:40				
14:50				
15:00	SLUTT			

INFORMASJON:

- * Ingen avkryssing. Frammøte og opprop på øvelsesstedet senest 10 minutter før øvelsen/heatet starter i henhold til tidsskjemaet.**
- * Utøvere og ledere bes om å følge med på dette, slik at øvelsen kan starte slik tidsskjemaet viser.**
- * I løp blir det elektronisk tidtaking. Husk butte innepigger.**
- * Det blir 4 forsøk i hopp- og kastøvelsene på grunn av mange deltagere og begrenset halltid.**
- * Eventuelle kollisjoner mellom øvelsene må håndteres av den enkelte utøver, men det tilstrebes å unngå dette.**
- * Det går an å starte i en øvelse, for så å komme tilbake etter for eksempel å ha løpt, eller kun ta ett eller to forsøk i kastøvelsene.**
- * Premieutdeling i alle øvelser gjennomføres så langt det er mulig etter hver øvelse.**
- * Vi har kiosksalg i kantina i Idrettshallen.**
- * Toaletter er i kjelleren i Idrettshallen.**