

Tidsskjema Masters friidrett, Nes Arena 9. november 2024

Løp

Tidspunkt	Øvelse	Klasse	Info
12.00	60 meter	KV 50-64	6
12.05	60 meter	KV 65-84	6
12.10	60 meter	MV 35-59	5
12.15	60 meter	MV 60-94	7
13.00	200 meter	KV 50-54	3
13.05	200 meter	KV 55-69	3
13.10	200 meter	MV 35-54	3
13.15	200 meter	MV 55-59 + 65-69	3
13.20	200 meter	MV 60-64	2
14.30	400 meter	MV35-39 + 50-54	2
14.35	400 meter	MV 55-59	3
14.40	400 meter	MV 60-69	3
15.15	1500 meter	MV 45-64	5

Tekniske øvelser

Tidspunkt	Øvelse	Klasse	Info
12.00	Kule	KV 50-74	3 kg
12.00	Kule	KV 75-84	2 kg
12.30	Kule	MV 40-44	7,26 kg
12.30	Kule	MV 55-59	6 kg
12.30	Kule	MV 65-69	5 kg
12.30	Kule	MV 70-79	4 kg
12.30	Kule	MV 80-94	3 kg
12.30	Høyde	Alle klasser	
13.45	Lengde	Alle klasser	

Det er ingen avkryssing, men opprop **ved øvelsen** ca. 10 minutter før start.

I kule og lengde er det 4 forsøk.