

**TIDSSKJEMA LØRDAG 5.SEPTEMBER**

| Tid   | Løp                          | Klasse             | Stav    | Lengde 1 | Spyd     | Slegge            |
|-------|------------------------------|--------------------|---------|----------|----------|-------------------|
| 09.30 |                              |                    | G14 (7) | G13 (15) |          | J13 (7) +J14 (11) |
| 11.00 | Innmarsj og offisiell åpning |                    |         |          |          |                   |
| 11.30 | 60m hk                       | J13 heat 1 (9)     |         |          | G14 (12) |                   |
| 11.35 | 60m hk                       | J13 heat 2         |         |          |          |                   |
| 11.45 | 60 m hk                      | G13 heat 1 (12)    |         |          |          |                   |
| 11.50 | 60 m hk                      | G13 heat 2         |         | J13 (23) |          |                   |
| 12.00 | 60m hk                       | J14 heat 1 (15)    |         |          |          |                   |
| 12.05 | 60m hk                       | J14 heat 2         | G13 (7) |          |          |                   |
|       |                              |                    |         |          |          |                   |
| 12.30 | 80m hk                       | G14 finale (6)     |         |          |          |                   |
| 12.50 | 60m hk                       | J14 finale         |         |          |          |                   |
| 13.00 | 60m hk                       | G13 finale         |         |          | J14 (11) |                   |
| 13.10 | 60m hk                       | J13 finale         |         |          |          |                   |
|       |                              |                    |         |          |          |                   |
| 13.25 | 200m                         | G14 heat 1 (20)    | J13 (7) |          |          |                   |
| 13.30 | 200m                         | G14 heat 2         |         |          |          |                   |
| 13.35 | 200m                         | G14 heat 3         |         |          |          |                   |
| 13.45 | 200m                         | G13 heat 1 (14)    |         | G14 (14) |          |                   |
| 13.50 | 200m                         | G13 heat 2         |         |          |          |                   |
| 14.00 | 200m                         | J14 heat 1 (16)    |         |          |          |                   |
| 14.05 | 200m                         | J14 heat 2         |         |          | G13 (17) |                   |
| 14.15 | 200m                         | J13 heat 1 (19)    | J14 (8) |          |          |                   |
| 14.20 | 200m                         | J13 heat 2         |         |          |          |                   |
| 14.25 | 200m                         | J13 heat 3         |         |          |          |                   |
|       |                              |                    |         |          |          |                   |
| 14.50 | 600m                         | G14 heat 1 (16)    |         |          |          |                   |
| 15.00 | 600m                         | G13 heat 1 (18)    |         |          |          |                   |
| 15.10 | 600m                         | J13 heat 1 (14)    |         | J14 (18) |          |                   |
| 15.20 | 600m                         | J14 heat 1 (15)    |         |          | J13 (14) |                   |
|       |                              |                    |         |          |          |                   |
| 15.30 |                              |                    |         |          |          |                   |
| 15.45 | 1000m kap                    | G13 (6) + G14 (8)  |         |          |          |                   |
| 16.00 | 1000m kap                    | J13 (10) + J14 (9) |         |          |          |                   |
|       |                              |                    |         |          |          |                   |
| 16.30 | Stafett Donald               | 10x80 m            |         |          |          |                   |
| 16.45 |                              |                    |         |          |          | G13 (11)+ G14 (6) |

Lagoppstilling for stafett leveres i sekretariatet senest kl 14.30.

OPPROP FOR HOPP OG KAST 10 MIN FØR START VED ØVELSESSTEDENE.

INGEN AVKRYSSING FOR LØP, HEATENE GÅR SOM DE BLIR OPPSATT – OPPROP FORTLØPENDE.