



Tidsskjema Hamar 2018

Lørdag 8. september – Åpningsseremoni og innmarsj kl. 12.15

Tid	LØP	Klasse	Antall
12.45	60 m hekk forsøk	J-13	18
13.00	60 m hekk forsøk	J-14	14
13.20	60 m hekk forsøk	G-13	19
13.50	600 m	G-13	23
14.05	600 m	J-13	21
14.25	600 m	G-14	18
14.40	600 m	J-14	27
15.00	60 m hekk finale	J-13	
15.10	60 m hekk finale	J-14	
15.20	60 m hekk finale	G-13	
15.30	60 m hekk finale	G-14	
15.45	200 m	G-14	20
16.00	200 m	J-13	29
16.25	200 m	G-13	24
16.45	200 m	J-14	32
17.10	1000 m kappgang	G-13 og G-14	3+6
17.25	1000 m kappgang	J-13 og J-14	5+6
17.45	Donaldstafett		
Tid	HOPP	Klasse	Antall
12.45	Lengde Grop 2	G-13	27
12.55	Stav	J-13	7
13.15	Lengde Grop 1	G-14	22
14.00	Stav	J-14	8
15.05	Lengde Grop 2	J-13	31
15.20	Lengde Grop 1	J-14	26
15.25	Stav	G-13	6
16.20	Stav	G-14	3
Tid	KAST	Klasse	Antall
12.45	Kule	J-14	14
12.45	Diskos	G-14	14
13.50	Kule	J-13	20
13.55	Diskos	G-13	13
15.15	Diskos	J-14	11
15.25	Kule	G-14	13
16.20	Diskos	J-13	19
16.40	Kule	G-13	18

AVKRYSSING ALLE ØVELSER 1 TIME FØR ØVELSESSTART





Tidsskjema Hamar 2018

Søndag 9. september

Tid	LØP	Klasse	Antall
10.00	60 m, forsøk	G-14	22
10.30	60 m, forsøk	J-13	32
10.50	60 m, forsøk	G-13	30
11.10	60 m, forsøk	J-14	35
12.00	60 m finale	G-14	
12.05	60 m finale	J-13	
12.10	60 m finale	G-13	
12.15	60 m finale	J-14	
13.05	200 m hekk	J-13	20
13.25	200 m hekk	J-14	16
13.40	200 m hekk	G-14	16
13.55	200 m hekk	G-13	15
14.15	1500 m	J-13	14
14.30	1500 m	G-13	18
14.45	1500 m	J-14	22
15.00	1500 m	G-14	17
15.40	8x200 m stafett		
Tid	HOPP	Klasse	Antall
09.30	Høyde	G-13	17
09.30	Tresteg	J-14	15
10.50	Tresteg	J-13	21
11.00	Høyde	G-14	15
12.25	Høyde	J-14	18
12.30	Tresteg	G-14	13
14.00	Høyde	J-13	18
14.05	Tresteg	G-13	21
Tid	KAST	Klasse	Antall
09.00	Slegge	G-14	9
10.00	Spyd	J-13	15
10.15	Slegge	G-13	8
11.30	Spyd	J-14	19
11.30	Slegge	J-13	17
13.00	Spyd	G-13	16
13.15	Slegge	J-14	12
14.30	Spyd	G-14	12

AVKRYSSING ALLE ØVELSER 1 TIME FØR ØVELSESSTART

