

Tidsskjema Ørstaleikane søndag 24.august 2025

Rekruttar: 3 forsøk i hopp og kastøvingar

Start kl	Løp	Hoppegrop 1 ved målgang	Hoppegrop 2 mot elva	Kast i høgdesving				Start kl
	60m	Lengde	Lengde	Liten ball				
11:00	J8	G6, G7 og G8	G9	J6 og J7				11:00
11:05	J9							11:05
11:10								11:10
11:15	J6	J6 og J7	J8 og J9	J8 og J9				11:15
11:20								11:20
11:25	G9							11:25
11:30		J6 og J7	J8 og J9	G6, G7 og G8				11:30
11:35								11:35
11:40								11:40
11:45	G6 og G7	J6 og J7	J8 og J9	G9				11:45
11:50	G8							11:50
11:55	J7							11:55

10 år til 14 år: 4 forsøk i hopp og kastøvingar

15 år og eldre: 6 forsøk i hopp og kastøvingar

12:00	Opningsseremoni							12:00
Start kl	Løp	Hoppegrop 1 ved målgang	Hoppegrop 2 mot elva	Kast i høgdesving	Kastøvingar i sving mot elva			Start kl
	100m	Lengde	Lengde	Liten ball	Kule	Spyd		
12:15	G15, G16 og G17	G10	G12 og G para		J10 og J11	G13, J13 og J14		12:15
12:20	J15							12:20
12:25	J18-19 og KS							12:25
12:30	60m	J10	J11		J12 og J13	G16, G17 og G18-19		12:30
12:35	J12							12:35
12:40								12:40
12:45	J13	J10	J11		J12 og J13	G16, G17 og G18-19		12:45
12:50				G10				12:50
12:55	J14 og J para							12:55
13:00	G11	J10	J11		J12 og J13	G16, G17 og G18-19		13:00
13:05	G12 og G para							13:05
13:10	G10			G11				13:10
13:15		J10	J11		J12 og J13	G16, G17 og G18-19		13:15
13:20	G13 og G14							13:20
13:25								13:25
13:30	J10	G13 og J13	J12	G12	J14			13:30
13:35								13:35
13:40	J11							13:40
13:45		G13 og J13	J12	G12	J15 og J17			13:45
13:50	60m hekk							13:50
13:55	G11							13:55
14:00	G10 og J10	G11	J14	J12 og J para	J15 og J17			14:00
14:05	J11							14:05
14:10								14:10
14:15	J12	G11	J14	J12 og J para	J15 og J17			14:15

Start kl	Løp	Hoppegrop 1 ved målgang	Hoppegrop 2 mot elva	Kast i høgdesving	Kastøvingar i sving mot elva			Start kl	
	60m hekk	Lengde	Lengde	Liten ball	Kule	Spyd			
14:20		G14, G15 og M65-69	J15, J para og KS	J11	G10 og G11			14:20	
14:25	G12							14:25	
14:30								14:30	
14:35								14:35	
14:40	G13 og J14							14:40	
14:45								14:45	
14:50	J13					Slegge	14:50		
14:55			Tresteg		G12, G para, G13, G14, G15 og G17	J14, J15 og J17	14:55		
15:00	80m hekk	KS					15:00		
15:05	J15						15:05		
15:10							15:10		
15:15	G14						15:15		
15:20	100m hekk						15:20		
15:25	J18-19							15:25	
15:30							15:30		
15:35	400m				KS og K65- 69		G13, G14, G15 og G17	15:35	
15:40	G18-19							15:40	
15:45	600m							15:45	
15:50	J10, J11 og J12							15:50	
15:55								15:55	
16:00	J13 og J14					M65-69, M75- 79 og KS		16:00	
16:05								16:05	
16:10	G10 og G11							16:10	
16:15								16:15	
16:20	G12, G13 og G14							16:20	
16:25								16:25	
16:30	200m							16:30	
16:35	J15, J16, J18- 19 og KS						M65-69, M75- 79 og KS	16:35	
16:40	G15, G16, G17 og G18- 19							16:40	
16:45								16:45	
16:50	1500m							16:50	
16:55	G15, MS.							Diskos	16:55
17:00	J16, J17 og KS							M75-79 og K45-49	17:00
17:05							17:05		
17:10							17:10		
17:15							17:15		

10 år til 14 år: 4 forsøk i hopp og kastøvingar

15 år og eldre: 6 forsøk i hopp og kastøvingar