

**Tidsskjema Indoor Games 4**  
**Nes Arena 03.03.2018**

Tresteg				Kule			Løpsøvelser						
4 forsøk				4 forsøk			200m	1000m	800m	Kappgang 800m	4x200m		
				G12	G13	G14	13:00	J14					
							13:05	J13					
							13:10	J12					
13:25													
13:30			J14										
							13:35	G14					
							13:40	G13					
							13:45	G12					
13:50	J12	J13											
13:55						J14	13:55	KS 1000m					
							14:00	MS 1000m					
14:20	G12	G13	G14				14:20		J12	J13			
14:30					J13		14:30		J14				
14:50					J12								
							14:55		G12				
							15:00		G13	G14			
							15:15						Alle jenter
							15:25						Alle gutter
							15:35						Stafetter
<b>Premieutdeling etter stafettene</b>													
							16:00	3000m MS					
							16:20	3000m KS					



**NB! I løpsøvelser er det avkryssing 30 min før øvelsesstart.**  
**I tekniske øvelser opprop på øvelsesstedet 10 min før øvelsesstart.**