

Tidsskjema

Låvefest 08.12.2018



Løpsøvelser		Lengde 1	Lengde 2	Høyde 1	Høyde 2	Stav	Kule	
		12:15	J11 Gr1	J11 Gr2	G12	STAV J18/19	G11 - 2 kg	12:15
12:20	60m h MS 1 heat							
12:25	60m h J15 1 heat							
12:30	60m h J13 1 heat							
12:35	60m h J14 1 heat							
12:40	60m h G13 1 heat							
12:48	60m h G12 1 heat							
12:53	60m h J12 1 heat							
		12:55			J13, 14, 15			12:55
12:59	60m h G11 2 heat							
		13:00				STAV J13		13:00
		13:05					G12 - 3 kg	13:05
13:06	60m h J11 2 heat							
		13:10	J14	J12				13:10
13:15	60m G13 2 heat							
13:24	60m G14 1 heat							
13:29	60m J15+KS 1 heat							
13:34	60m G15+G16 1 heat							
13:39	60m G11 3 heat							
		13:45					J12+J13 - 2 kg	13:45
13:53	60m MS 1 heat							
		13:55			G11			13:55
13:58	60m J14 1 heat							
		14:00	J15, KS, MS	G13				14:00
14:03	60m J11 3 heat							
14:14	60m G12 2 heat							
		14:20					J11 - 2kg	14:20
14:22	60m J12 2 heat							
14:30	60m J13 3 heat		G12					14:30
		14:50			J12			14:50
14:52	200m G13 4 heat							
15:03	200m J13 3 heat							
15:12	200m G12 3 heat							
		15:15	G11					15:15
		15:20					G16+MS - 5kg/7,26kg	15:20
15:22	200m J15+KS 1 heat							
15:26	200m G15 1 heat							
15:30	200m G14 1 heat							
15:34	200m G16 1 heat							
		15:35			G13			15:35
15:38	200m MS 1 heat							
15:43	200m J11 4 heat							
		15:45					J14+J15 - 3 kg	15:45
15:56	200m J14 3 heat							
16:06	200m J12 3 heat							
		16:10			J11 Gr.1	J11 Gr.2		16:10
		16:15	J13					16:15
16:16	200m G11 15/4 heat							
		16:20					G13+G14 - 3 kg/4 kg	16:20
16:30	Staff 11-14							
16:43	400m KS							
16:48	800m MS							
16:56	600m G13/G14							
17:01	600m J13							
17:11	600m J14							
17:20	Staff 15+							



I klasse 11 år og eldre er det avkryssing for løpsøvelsene en time før øvelsesstart. I tekniske øvelser er det opprop på øvelsesstedet 15 minutt før øvelsesstart.

