

Tidsskjema side 2  
Låvefest 13.01.2018



Løpsøvelser		Lengde/Tresteg		Stav	Høyde	Kule
12:30	60m h G12 2/1 heat	12:30	Lengde G11 7			
12:35	60m h J12 3/1 heat	12:35			Høyde G12 5	
12:40	60m h J11 5/1 heat	12:40				
		12:45				Kule 2kg J11, J12 6
12:50	60m h G11 3/1 heat					
12:55	60m h G13 2/1 heat					
13:00	60m h J14 3/1 heat					
13:05	60m h J13 2/1 heat	13:05	Lengde G12, G13 7			Kule 2kg G11 3
13:10	60m h G14 2/1 heat	13:10			Høyde J13, J14, J15 8	
		13:30		Stav MS 1		
13:40	60m MS 5					
13:45	60m G15 3	13:45	Lengde J 11 8			Kule 3kg G12 6
13:50	60m G11 12/2 heat					
14:00	60m J13 9/2 heat					
		14:05			Høyde G11 5	
14:10	60m J14 6/2 heat					
14:15	60m J12 7/1 heat					
14:20	60m G12 8/1 heat					
14:25	60m J11 7/2 heat	14:25				Kule 2 kg J13, J14 7
14:30	60m G14 4/1 heat	14:30	Lengde J12, J13 9			
14:35	60m G13 3/1 heat					
14:40	60m J15, J16 6					
		14:50			Høyde J11, J12 7	
14:55	200m G17, MS 3/1 heat					
15:00	200m G13 2/1 heat					
15:05	200m J13 8/2 heat					Kule 4 kg G14 4
15:15	200m G12 7/2 heat					
		15:20	Lengde G14 og eldre 5			
15:25	200m G15, G16 2/1 heat					
15:30	200m G14 4/1 heat					
15:35	200m J14 7/2 heat	15:35				Kule G15, MS, KS 5
15:40	200m J15 5/2 heat				Høyde G13, G14, G15 4	
15:50	200m J11 7/2 heat		Tresteg KS, MS 5			
16:00	200m J12 4/1 heat					
16:05	200m KS 2/1 heat					
16:10	200m J16 2/1 heat					
16:15	200m G11 11/3 heat				Høyde KS, MS 4	
16:30	600m J13/J14 4		Lengde J14, J15 9			
16:35	600m G13/G14 3					
16:40	600m MS 2					
16:45	600m KS 2					
16:55	Stafetter 11-14 år					

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

