

## FORELØPIG TIDSSKJEMA SØNDAG 11. SEPTEMBER

Tid	Løp	Høyde	Kule	Lengde	Spyd
11:00	G11 60 mhk 68/6,5	G13		Jenter 7/9 Grop C	G16/17+G18/19
11:00		G14		J10 Grop B	
11:00				G10 Grop A	
11:05	J11 60 mhk 68/6,5				
11:15	J12 60 mhk 76/7				
11:20	G12 60 mhk 76/7				
11:30	J13 60 mhk 76/7,5				
11:35	G13 60 mhk 76/7,5		J13		G15
11:40	J14 60 mhk 76/7,5				
11:45	J15 80 mhk 76/8				
11:50	G14 80 mhk 84/8			Gutter 7/9 Grop C	G12
12:00	J16/17 100mhk 76/8,5				
12:05	J18/19 100 mhk 84/8,5				
12:10		J14			
12:10		J15			
12:10		J16/17		J11 Grop B	
12:10		J18/19			
12:15	G16/17 110 mhk 91/8,8			G11 Grop A	
12:20	G18/19 110 mhk 100/9,1				
12:30	G10 40m		G14		
12:40	J10 40m				
12:50	Jenter 7-9 40m				J11
13:00	Gutter 7-9 40m				
13:20				J12 Grop B	
13:30	G13 200m			G12 Grop A	
13:35	G14 200m		G13		
13:40	G15 200m				G11
13:45	G16/17 200m				
13:55	G18/19 200m				
14:00	J16/17 200m	G15			
14:00	J18/19 200m	G16/17			
14:00		G18/19			
14:05	J15 200m				
14:10	J14 200m				J15
14:10					J16/17+J18/19
14:20	J13 200m		J14		
14:30		J13			
14:35	J11 80m				
14:40	J12 80m				
14:55	G11 80m				
15:00	G12 80m				J12
15:20	G13 1500m				
15:20	G14 1500m				
15:20	J13 1500m				
15:20	J14 1500m				
15:30	G15 2000m				
15:30	G16/17 2000m				
15:30	G18/19 2000m				
15:30	J15 2000m				
15:30	J16/17 2000m				
15:30	J18/19 2000m				
15:45	G11/G12 600m				
15:55	J11/J12 600m				

Opprop løp: Avkryssing 45 min før start

Opprop hopp/kast: 15 min før start på øvelsessted

Opprop rekrutt løp og hopp: ved øvelsessted

Lengde rekrutt inkl. 10-års klassen: 3 hopp til alle, ingen finale