

TIDSSKJEMA FREDAG 27. AUGUST 2021							
Tid	Løp	Stav	Spyd	Kule	Lengde	Slegge/Diskos	
18:00		G/J-10					
18:00		G/J-11					
18:00		G/J-12					
18:00		G/J-13					
18:00		G/J-14					
18:00		G/J-15					
19:30		G/J-16					
19:30		G/J-17					
19:30		G/J-18/19					

Stav arrangeres i Leikvanghallen
 Opprop løp/kappgang: Avkryssing 45 min før start
 Opprop hopp/kast: 15 min før start på øvelsessted
 Tekniske øvelser 10 og 11 år: 4 forsøk til alle, ingen finale

TIDSSKJEMA LØRDAG 28. AUGUST 2021

Tid	Løp	Høyde	Spyd	Kule	Lengde	Slegge/Diskos
10:30						Slegge G/J 15-19
10:30						Slegge G/J 13/14
11:45	J-17	300mhk 76,2/35m				
12:00	J13	200mhk 68/19m	J12		J16-19, KS	Grop N
12:05	G13	200mhk 68/18				
12:10	G14	200mhk 76/18				
12:15	G15	200 mhk 76/18				
12:15	G16 + G17	200mhk 76/18				
12:15	G18/19	200mhk 76/18				
12:25	J14+J15	200 mhk 76/19			J13	Grop S
12:25	J16+J17	200mhk 76/19				
12:25	J18/19	200mhk 76/19				
12:45	G13	100m				
12:55	G14	100m				
13:00	G17+18/19	100m				
13:05	MS	100m				
13:15	G15	100m			G13	Grop N
13:20	G16	100m				
13:25	J13	100m	J11		G14+G15	Grop S
13:35	J14	100m				G11+G12 Diskos
13:45	J15	100m				
13:55	J16 -17	100m		J13+J14		
13:55	J18/19+KS	100m				
14:15	J11	60m				
14:20	G12	60m			J14 +J15	Grop N
14:30	G11	60m				
14:40	J12	60m				
14:50	J10	60m	G12	G13		
15:00	G10	60m				
15:20	G15-19	4x100m			J10	
15:20	J15-19	4x100m			G10	
15:30	G13-14	4x100m			G16-19, MS	Grop S
15:30	J13-14	4x100m				
15:40	G11-12	4x100m				
15:40	J11-12	4x100m				
15:50	G15 - 19	800m				
15:50	J15 - 19	800m	G11			
16:00	G14	800m				
16:00	J14	800m				
16:15	J13+G13	600m				
16:25	G10+J10	600m				
16:35	J/G 9-10	600 Kappgang				
16:45	J/G 11-19	1000m Kappgang				

Grop S: foran tidtakerbod, Grop N: nærmest klubbhus
 Opprop løp/kappgang: Avkryssing 45 min før start
 Opprop hopp/kast: 15 min før start på øvelsessted
 Tekniske øvelser 10 og 11 år: 4 forsøk til alle, ingen finale

TIDSSKJEMA SØNDAG 29. AUGUST 2021

Tid	Løp	Høyde	Kule	Lengde	Spyd
11:00	G11	60 mhk 68/6,5	G13	Jenter 7/9	Grop C
11:00			G14	J10	Grop S
11:00				G10	Grop N
11:10	J11	60 mhk 68/6,5			G/J 15-19
11:20	J12+G12	60 mhk 76/7			
11:30	J13	60 mhk 76/7,5			
11:40	G13+J14	60 mhk 76/7,5			
11:50	J15 + J16	80 mhk 76/8	J13		
11:50	G14	80 mhk 84/8			
12:00				Gutter 7/9	Grop C
12:00	G17	110 mhk 91/9,14	J14-19	G11	Grop N
12:00	G18/19	110 mhk 100/9,14		J11	Grop S
12:25	G10	40m			
12:35	J10	40m			
12:45	Jenter 7-9	40m			
13:00	Gutter 7-9	40m			
13:15	G13	200m		J12	Grop N
13:20	G14	200m			J10+J11
13:25	G15	200m		G12	Grop S
13:30	G16	200m			
13:35	G17+18/19+MS	200m	G13		
13:50	J15-18/19+KS	200m			
14:00			G15-19		G10+G11
14:00	J14	200m	MS		
14:05	J13	200m			
14:20	J11	80m		G/J14	
14:25	J12	80m			
14:30	G11	80m			
14:35	G12	80m			
15:00	G/J 13 - 14	1500m			
15:10	G15 - 19	2000m	J13		
15:10	J 15 - 19	2000m			
15:20	G11/G12	600m			
15:20	J11/J12	600m			

Grop S: foran tidtakerbod, Grop N: nærmest klubbhus, Grop C: bak tribunen

Opprop løp: Avkryssing 45 min før start

Opprop hopp/kast: 15 min før start på øvelsessted

Opprop rekrutt løp og hopp: ved øvelsessted 15 min før start

Lengde rekrutt 3 forsøk til alle, ingen finale

Tekniske øvelser 10 og 11 år: 4 forsøk, ingen finaler