

Norgeslekene inne 2024  
Tidsskjema lørdag 3. feb.



	Løp		Lengde/Tresteg/Høyde		Stav	Kule		
			Grop 1	Grop 2		Ring 1	Ring 2	
		10:00	G10	J8		G9	G og J 6/7 år	10:00
10:20	60m J10 2 heat	10:20			J11,J12,J13			10:20
10:29	60m G8 2 heat							
10:38	60m G6/7 år 1 heat	10:37					J9	10:37
10:44	60m J6/7 år 1 heat							
		10:45	J10	G8				10:45
10:59	60m G9 3 heat							
10:50	60m G10 2 heat							
		10:55				J8		10:55
11:03	60m G9 2 heat							
11:21	60m J9 2 heat							
		11:25		G og J 6/7 år			J11	11:25
11:30	60m J8 1 heat							
		11:30	G9					11:30
11:10	60m G11 3 heat							
11:36	60m G12 2 heat							
		11:40				G10		11:40
11:44	60m G14 2 heat							
11:52	60m G13 2 heat							
12:00	60m J13 2 heat				J16			
12:10	60m J12 3 heat							
		12:15		J9		J10		12:15
12:20	60m J11 2 heat	12:20					G8	12:20
12:28	60m J14 2 heat							
		12:40	Tresteg MS					12:40
12:45	Stafetter J og G 7-10 år							
		12:50				G13,G14		12:50
		13:00					G11	13:00
		13:10			G15,G16			13:10
13:14	60m KS 2 heat							
13:22	60m MS 3 heat							
		13:30	Tresteg KS					13:30
13:32	60m J15 2 heat							
13:40	60m J16 1 heat							
13:46	60m G15 1 heat							
13:52	60m G16 1 heat							
		13:55					G12	13:55
13:58	60m J17 1 heat							
		14:00				J14		14:00
14:03	60m G17 4/1 heat							
14:08	60 m Finale KS							
14:13	60 m Finale MS							
14:30	Stafetter J og G 11-14 år		Høyde v/start 60m					
		14:40	J15,J16,J17,KS			G15,16,17,18/19,MS		14:40
		14:50			G11,G12,G13		J13	14:50
15:05	600m KS - 1 heat							
15:10	600m MS - 2 heat							
15:18	600m G12 2 heat							
15:26	600m J14 1 heat							
15:31	600m J12 2 heat							
15:39	600m G13 2 heat							
15:47	600m G14 2 heat							
		15:50					J12	15:50
15:55	600m J11 1 heat							
16:00	600m J13 2 heat							
16:08	600m G11 2 heat	16:00				J15,16,17,18/19,KS		16:00
		16:05	G15,G15,G17 MS					16:05
16:16	400m KS 3 heat							
16:31	400m MS 3 heat							
16:50	1500m MS - 4 heat							
17:15	1500m KS - 2 heat							

Om noen er opptatt med en annen øvelse så si fra til øvelsesleder og dere går og melder dere til ny øvelse før dere går tilbake.

I klassene 6-10 år er det avkryssing for løpsøvelsene 30 min før øvelsesstart. I tekniske øvelser må alle melde seg direkte på øvelsesstedet 15 minutter før øvelsen starter.

I klassene 11år og eldre er det elektronisk avkryssing i løpsøvelsene. I tekniske øvelser er det opprop 15 minutter før øvelsen starter.