

Norgeslekene inne 2026
Tidsskjema lørdag 24. jan.



	Høyde	Lengde/Tresteg		Kule		Løp		Ant.heat
	Start 60 m	Grop 1	Grop 2	Ring 1	Ring 2			
10:00		G10		G9	J6, J8	10:00	60m J9	2
						10:10	60m J10	2
10:15			J9					
						10:21	60m J6, J7	2
						10:29	60m J8	1
						10:35	60m G6,G7	1
10:40					J7			
						10:41	60m G8	2
						10:48	60m J11	3
10:55				G10				
						10:59	60m G9	2
11:05			J8					
						11:07	60m G11	3
11:10		J10						
						11:18	60m G12	2
11:25					G6,G7, G8			
						11:26	60m G14	1
						11:32	60m G13	2
11:40			J6, J7			11:40	60m J12	1
						11:46	60m J14	2
11:50				J13/J14				
						11:54	60m G10	2
12:00					J10			
						12:02	60m MS	2
12:10		G9				12:10	60m KS	2
						12:18	60m J15	2
						12:26	60m J16	2
						12:34	60m G15	2
12:35			G6,G7, G8					
						12:42	60m G16	1
12:45					J9			
						12:48	60m J17	1
						12:53	60m G17	1
						12:59	60m Finale A MS	1
						13:03	60m Finale B MS	1
						13:07	60m Finale C MS	1
						13:12	60m Finaler A KS	1
13:15				G12,G13,G14				
						13:16	60m Finale B KS	1
						13:21	60m J13	3
		Tresteg						
13:25		MS						
13:30					J11			
						13:40	Staff G og J/7-10	
13:50	J15							
		Tresteg						
14:10		KS						
						14:15	600m J14	1
						14:23	600m G11	2
						14:34	600m J13	1
14:35				G15,G16,17				
						14:42	600m G12	1
14:45					G11			
						14:50	600m G13	2
						15:01	600m J11, J12	1
15:05	J16,J17,KS							
						15:09	600m MS	1
						15:17	600m KS	1
						15:25	600m G14	2
15:40				J15,J16		15:40	Staff 11-14	
16:15					J12	16:15	400m MS	4
						16:28	400m KS	3
16:40	G15, G16, G17							
						16:45	1500m MS	2
17:05				J17/J18/19,KS				
						17:10	1500m KS	1
18:00	MS			G18/19,MS				

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.

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