

TIDSSKJEMA FOR LØRDAG 30.05.2026

Tid	Løp	Klasse	Lengde og tresteg	Stav	Høyde	Spyd og diskos	Kule	Tid
1155	Offisiell åpning av stevnet							1155
			Tresteg			Diskos		
1200	60 m hk	G 11+J11 (6)	KS (2)	G10+12 (2)	J15-17(3)	G15-17+ J15-16(5)	J10+11(8)	1200
1210	60 m hk	J12+J13 (4)						1210
1220	60 m hk	G13+J14 (6)	Lengde					1220
1225	80 m hk	G14 (1)	G10-12 (14)					1225
1230								1230
1235	200 m hk	J13 (2)			J 12 (3)			1235
1240							J15+16 (3)	1240
						Diskos		
1245	200 m hk	G14+J14 (5)				MS+G18-19+ J18-19 (7)		1245
1300	300 m hk	J16 (1)						1300
1305	400 m hk	KS (1)			J13 (4)			1305
1315			G13 (6)				J18-19+KS(3)	1315
1330	60 m	KS Para T72				Ball G10(8)		1330
1340	200 m	J17+U20+KS(6)						1340
1345	200 m	G15-17+U20+MS+ MV(8)					J12 (2)	1345
1350	600m	J10-12 (8)						1350
1356	600m	J13-14 (10)		G13 (2)				1356
1402	600m	G10 (7)			J10-11 (5)			1402
1408	600 m	G11+13 (8)	G14-16 (4)			Spyd	J13-14 (9)	1408
1420	800m	J15+J16+G18-19(5)				G11-13 (6)		1420
1425	400m	KS Para T72						1425
1430	3000 m	MS +KS (6)	G18-19+MV(5)					1430
1450						G18-19 + MS (2)		1450

HUSK AVKRYSSING I LØP SENEST 45 MIN. FØR START!

Heatoppsett blir opphengt ved start etter avkrysningsfrist, og startordner informerer.

Ingen finaler i løp, tid avgjørende. Noter årsbeste på avkryssingskjema.

OPPROP FOR HOPP OG KAST 10 MIN. FØR START VED ØVELSESSTEDET.

Bare 4 forsøk for klasse 10-12 år i lengde og kast.

