|  |
| --- |
| ***TIDSSKJEMA KRISTINALEKENE 31. MAI 2015*** |
| **TID** | **LØP** | **LENGDE**  I - **LENGDE** II | **HØYDE** | **KULE** | **SPYD** |
| **10.30** | Slegge J10 – J12 – J13 – G11 – G12 / KL.11.30 : slegge J14 – G13 – G15 – J17 – j18/19 – KS - MS |
| **11.30** | 100m ekstra KS - MS |  | **J 13** |  |  |
| **11.55** | 100mhekk G15  |  |  |  |  |
| **12.00** | 80mhekk G 14  |  |  |  |  |
| **05** |  |  |  |  |  |
| **10** | 60mhekk G 10/G11  |   |  |  |  |
| **15** | 60mhekk J 10 |  |  |  |  |
| **20** | 60Mhekk J11 |  |  |  |  |
| **25** |  |  |  |  |  |
| **.30** | 60mhekk J 12  |  |  |  |  |
| **35** | 60mhekk G 12 + J12b |  |  |  |  |
| **40** |  |  |  |  |  |
| **45** | 60mhekk **J 13 / j 14**  |   |  |  |  |
| **50** | 60mhekk **G13 + J13b** |  |  |  |  |
| **55** |  |  |  |  |  |
| **13.00** | 60m J 10  | G 14 / G 15-**J 14 / J 15** | G 12  | G 10 / G 11 |  |
| **05** |  | (alle i grop 1) |  |  |  |
| **10** | 60m J 11 |  |  |  |  |
| **15** |  |  |  |  |  |
| **20** | 60m Fo J 13  |  |  |  |  |
| **25** |  |  |  |  |  |
| **.30** |  |  |  |  |  |
| **35** | 60m Fo J 12 |  |  |  |  |
| **40** |  |  |  |  |  |
| **45** |  |  |  |  |  |
| **50** | 60m Fo G12  |  | G13 |  |  |
| **55** |  |  |  |   |  |
| **14.00** | 60m G 11  |  |  |  J 10 / J 11 | G 14 / G 15 - |
| **05** |  |  |  |  | **J 14 / J 15** |
| **10** | 60m G10 | G 11 |  |  |  |
| **15** |  |  |  |  |  |
| **20** |  |  |  |  |  |
| **25** | 60m J 13 FI |  G10 |  |  |  |
| **.30** | 60m J 12 FI |   |  |  |  |
| **35** |  |  |  |  |  |
| **40** | 60m G 12 FI |   |  |  |  |
| **45** | 60m G 13 fi |   | J12 |  |  |
| **50** |  |   |  |  |  |
| **55** | 60m J 9 år |  |  |  |  |
| **15.00** | 60m G 9 år | J 10 J 11 |  | G 12 / G 13 |  |
| **05** |  |  |  |  |  |
| **10** | **100m J 14 / J 15** |  |  |  |  |
| **15** | 100m G 14 / G 15 |  |  |  |  |
| **20** |  |  |  |  |  |
| **25** |  |  |  |  |  |
| **.30** | 200m MS ekstra |  |  |  |  |
| **35** | 200m KS ekstra |  |  |  |  |
| **40** |  |  |  |  |  |
| **45** |  |  |  | J 13 |  |
| **50** | **800m G 14 / G 15**  |  |  |  |  |
| **55** | **800m J 14 / J 15** |  |  |  |  |
| **16.00** |  | G 9 år / J 9 år |  |  |  |
| **05** | 600m G 11 |  |  |  |  |
| **10** | 600m G 10 |  |  |  |  |
| **15** | 600m J 11 / J 10 |  |  |  |  |
| **20** | 600m J 12 |  |  |  |  |
| **25** |  |  |  |  |  |
| **.30** | 600m G 12 / G 13 |  |  |  |  |
| **35** |  |  |  | J12 |  |
| **40** | 300mhekk MS ekstra |  |  |  |  |
| **45** | 300mhekk KS ekstra |  |  |  |  |
| **50** |  |  |  |  |  |
| **55** | 600m J13 |  |  |  | *270515ks* |
| **MERK AT HEAT ER SATT OPP PÅ FORHÅND. DELTAKERNE STARTER I DEN BANE SOM ER TRUKKET PÅ FORHÅND – UAVHENGIG AV FORFALL,****Eneste unntak er der hvor forfall tilsier at forsøk utgår. Da blir finalen på oppsatt forsøkstidspunkt. Opprop: avkryssing 45 min før øvelsesstart** |
|  | ***Frammøte på ØVELSESSTEDET i tekn.øv. 10 minutter før start – små justeringer kan forekomme*** |