

## TIDSSKJEMA KRISTINALEKENE LØRDAG 25. MAI 2019

TID	LØP/HEKK	TRESTEG/LENGDE I	LENGDE II	KULE	SPYD
10.00	SLEGG G10 – G11 – j10				
10.45	SLEGG G12 - G14 - G15 – G16 – J12 – J14 – J16 – J17				
11.00	60mhekk J10	Tresteg J17, G15, G16, J16 og			
05	60mhekk J11	J18/19			
10	60mhekk G10				
15	60mhekk G11 (+ev. 1 fra G10)				
20					
25	60mhekk J12 + G12				
.30	60mhekk J13 3				
35			J10 og J111		
40				G10 og G11	
45	80mhekk G14, J15 og J16				
50					
55					
12.00	100mhekk G15, G16 og J17				
05					
10	60m J12				
15	60m J13				
20					
25	60m G12				
.30	60m G13				
35					
40		Lengde J12 og J13 og J14	G10 og G11	J10 og J11	
45					
50	1500m menn				
55					
13.00	1500m kvinner				G15, G16 og
05					J15, J16, J17
10					
15					
20					
25					
.30	60m J10				
35		Lengde G12 og G13			
40	60m J11				
45				J12 og J13	
50					
55	60m G10				
14.00					
05	60m G11				
10					
15					
20	100m J 14				
25	100m J15, J16, J17, J18/19				
.30				G12 og G13	
35	100m G14, G15 og G16				
40					
45					
50	600m G10				
55	600m G11				
15.00				J14 og G14	
05	600m J12 og J13				
10					
15	600m J10				
20	600m J11				
25					
.30	600m G12 og G13				
35					
40	800m J15				
45	800m G14, G15, G16, G18/19				

MERK AT HEAT ER SATT OPP PÅ FORHÅND. DELTAKERNE STARTER I DEN BANE SOM ER TRUKKET PÅ FORHÅND – UAVHENGIG AV FORFALL, Opprop: avkryssing 30 min før øvelsesstart

**Frammøte på ØVELSESSTEDET i tekn.øv. 10 minutter før start – små justeringer kan forekomme**