

Tidsprogram lördag

	Löpning	Höjd 1	Höjd 2	Stav	Längd/tresteg 1	Längd/tresteg 2	Kula/vikt	
12.00	P14 60 m häck (15)	F13 (25)					P13 kula (25)	12.00
12.10								12.10
12.20	F14 60 m häck (30)				P14 längd (30)			12.20
12.30								12.30
12.40								12.40
12.50	P13 60 m häck (15)			F14 (14)				12.50
13.00								13.00
13.10	F13 60 m häck (24)							13.10
13.20								13.20
13.30	P14 60 m häck final						F13 kula (31)	13.30
13.40	F14 60 m häck final							13.40
13.50	P13 60 m häck final							13.50
14.00	F13 60 m häck final							14.00
14.10		P13 (22)						14.10
14.20								14.20
14.30					F14 längd (55)			14.30
14.40				P14 (16)				14.40
14.50								14.50
15.00	F13 200 m A-B-C (35)							15.00
15.10								15.10
15.20								15.20
15.30								15.30
15.40	P13 200 m A-B-C (27)							15.40
15.50								15.50
16.00								16.00
16.10					F13 tresteg (33)		F14 vikt (15)	16.10
16.20	P14 200 m A-B-C (34)							16.20
16.30								16.30
16.40								16.40
16.50								16.50
17.00	F14 200 m A-B-C (43)							17.00
17.10								17.10
17.20							P14 vikt (7)	17.20
17.30					P13 tresteg (17)			17.30
17.40								17.40
17.50	F13 800 m A-B (14)							17.50
18.00								18.00
18.10	P14 1000 m A-B (14)							18.10
18.20								18.20
18.30	F14 1000 m A-B (20)							18.30
18.40								18.40
18.50	P13 800 m A-B (20)							18.50
19.00								19.00

Våra mattider är följande:

Lördag lunch kl. 11.30 – 14.00.

Lördag middag kl. 17.00 – 19.30.

Söndag frukost kl. 07.30 – 09.30.

Söndag lunch kl. 11.30 – 14.00.

Tidsprogram söndag

	Löpning	Höjd 1	Höjd 2	Stav	Längd/tresteg 1	Längd/tresteg 2	Kula	
09.30	P14 60 m (34)				F13 längd (51)			09.30
09.40								09.40
09.50	F14 60 m (50)							09.50
10.00							P14 (21)	10.00
10.10								10.10
10.20								10.20
10.30	P13 60 m (34)	F14 (26)						10.30
10.40								10.40
10.50								10.50
11.00					P13 längd (44)			11.00
11.10	F13 60 m (44)							11.10
11.20								11.20
11.30								11.30
11.40	P14 final A-B							11.40
11.50				F13 (11)				11.50
12.00	F14 final A-B	P14 (17)						12.00
12.10								12.10
12.20					F14 tresteg (31)			12.20
12.30								12.30
12.40								12.40
12.50	P13 final A-B							12.50
13.00								13.00
13.10								13.10
13.20	F13 final A-B							13.20
13.30				P13 (11)				13.30
13.40					P14 tresteg (20)		F14 (32)	13.40
13.50								13.50
14.00	Eventuella finaler							14.00
14.10	800 m / 1000 m							14.10
14.20								14.20
14.30								14.30
14.40								14.40
14.50								14.50
15.00								15.00
15.10								15.10
15.20								15.20
15.30	8x200 m							15.30
15.40								15.40
15.50								15.50

Våra mattider är följande:

Lördag lunch kl. 11.30 – 14.00.

Lördag middag kl. 17.00 – 19.30.

Söndag frukost kl. 07.30 – 09.30.

Söndag lunch kl. 11.30 – 14.00.