

Tjalvelekene 2019 – Bislett Stadion

Fredag 31. mai

LØP			HOPP / KAST		
KL. 18.00	60m HK (76,2)(7,5) tid avgj.	J.13	SLEGG/DISKOS/SPYD		
KL. 18.00	60m HK (76,2)(7,5) tid avgj.	J.14	KL.1600	Slegge 4kg	G14
KL. 18.10	60m HK (76,2)(7,5) tid avgj.	G.13	KL.1600	Slegge 4kg	G15
Kl. 18.20	80m HK (76,2)(8) tid avgj.	J.15	KL.1600	Slegge 5kg	G16
Kl. 18.20	80m HK (76,2)(8) tid avgj.	J.16	KL.1600	Slegge 5kg	G17
Kl. 18.30	80m HK (84,0)(8) tid avgj.	G.14	KL.1600	Slegge 6kg	G18/19
Kl.18.40	100m HK (84,0)(8,5) tid avgj.	G15	KL.1600	Slegge 7,26kg	MS
Kl. 18.45	100m HK (84,0)(8,5) tid avgj.	J18/19	KL.16.55	Slegge 3kg	J14
Kl. 18.45	100m HK (84,0)(8,5) tid avgj.	KS	KL.16.55	Slegge 3kg	J15
Kl. 18.55	100m HK (76,0)(8,5) tid avgj.	J17	KL.16.55	Slegge 3kg	J16
Kl. 19.05	100m HK (91,4)(8,5) tid avgj.	G16	KL. 18.15	Slegge 3kg	J17
Kl. 19.15	110m HK (91,4)(9,14) tid avgj.	G17	KL. 18.15	Slegge 4kg	J18/19
Kl. 19.15	110m HK (100,0)(9,14) tid avgj.	G18/19	KL. 18.15	Slegge 4kg	KS
Kl. 19.15	110m HK (106,7)(9,14) tid avgj.	MS	KL. 18.50	Diskos 0.75kg	G13
Kl. 19.30	400m	J18/19	KL. 18.50	Diskos 1.0kg	G14
Kl. 19.30	400m	KS	KL. 19.35	Diskos 0.6kg	J13
Kl.19.35	400m	J17	KL. 19.35	Diskos 0.75kg	J14
Kl. 19.45	400m	G17	KL. 20.30	Spyd 0.5kg	J17
Kl. 19.50	400m	G18/19	KL. 20.30	Spyd 0.6kg	J18/19
Kl. 19.55	400m	MS	KL. 20.30	Spyd 0.6kg	KS
Kl. 20.05	1500m	J17	HØYDE		
Kl. 20.05	1500m	J18/19	KL. 17.30	Høyde	J15
Kl. 20.05	1500m	KS	KL. 17.30	Høyde	J16
Kl. 20.15	1500m	G17	KL. 17.30	Høyde	J17
Kl. 20.15	1500m	G18/19	KL.18.20	Høyde	J18/19
Kl. 20.15	1500m	MS	KL.18.20	Høyde	KS
			KULE		
			KL. 19.00	Kule 4kg	G15
			KL. 19.00	Kule 5kg	G16
			KL. 19.30	Kule 6kg	G17
			KL. 19.30	Kule 6kg	G18/19
			KL. 19.30	Kule 7,26kg	MS
			TRESTEG/LENGDE		
			KL. 17.30	Tresteg	G15
			KL. 17.30	Tresteg	G16
			KL. 18.30	Lengde	J13
			KL. 18.30	Lengde	J14
			KL. 19.45	Lengde	G13
			KL. 19.45	Lengde	G14

Lørdag 1. juni 2019

LØP			Hopp og kast		
KL. 10.00	60m	F6-7	TRESTEG/LENGDE		
KL. 10.00	60m	G8-9	KL. 10.15	Lengde	F6-7
KL. 10.00	60m	J8-9	KL. 10.30	Lengde	G8-9
KL. 10.50	600m	F6-7	KL. 10.30	Lengde	J8-9

Kl. 10.50	600m	G8-9	KL.11.10	Lengde	J10
Kl. 10.50	600m	J8-9	KL.11.10	Lengde	J11
Kl. 10.55	600m	J-10	KL.11.55	Lengde	J12
Kl. 10.55	600m	G-10	KL.12.35	Lengde	G15
Kl. 11.05	60m HK (68,0)(11,0)	J11	KL.12.35	Lengde	G16
Kl. 11.10	60m HK (68,0)(11,0)	G11	KL. 13.10	Lengde	J17
Kl. 11.20	60m HK (76,2)(11,0)	J12	KL. 13.10	Lengde	J18/19
Kl. 11.25	60m HK (76,2)(11,0)	G12	KL. 13.10	Lengde	KS
Kl. 11.35	60m forsøk	G13	KL.14.20	Tresteg, grop 1	J.16
Kl. 11.39	60m forsøk	G14	KL.14.20	Tresteg, grop 1	J.15
Kl. 11.47	60m forsøk	J13	KL.15.30	Tresteg, grop 1	G.17
Kl. 11.55	60m forsøk	J14	KL.15.30	Tresteg, grop 1	G.18/19
Kl. 12.15	100m forsøk	J15	KL.15.30	Tresteg, grop 1	MS
Kl. 12.25	100m forsøk	J16	HØYDE		
Kl. 12.35	100m forsøk	J17	KL. 10.00	Høyde	G.11
Kl. 12.45	100m forsøk	J18/19	KL. 10.00	Høyde	G.12
Kl. 12.55	100m forsøk	KS	KL.11.05	Høyde	J13
Kl. 13.05	100m forsøk	G15	KL.11.05	Høyde	J14
Kl. 13.10	100m forsøk	G16	STAV		
Kl. 13.20	100m forsøk	G17	KL.12.15	Stav	G.13
Kl. 13.30	100m forsøk	G18/19	KL.12.15	Stav	G.14
Kl. 13.35	100m forsøk	MS	KL.12.15	Stav	G.15
Kl. 13.55	60m finale	J13	KL.12.15	Stav	G.16
Kl. 13.59	60m finale	J14	KL.12.15	Stav	G.17
Kl. 14.03	60m finale	G14	KL.12.15	Stav	G.18/19
Kl. 14.07	100m finale	J15	KL.12.15	Stav	MS
Kl. 14.11	100m finale	J16	KULE		
Kl. 14.15	100m finale	J17	KL.14.35	Kule 3kg	J17
Kl. 14.19	100m finale	J18/19	KL.14.35	Kule 4kg	J18/19
Kl. 14.23	100m finale	KS	KL.14.35	Kule 4kg	KS
Kl. 14.27	100m finale	G16	KL.15.30	Kule 3kg	J15
Kl. 14.31	100m finale	G17	KL.15.30	Kule 3kg	J16
Kl. 14.34	100m B-finale	MS	LITEN BALL / SPYD		
Kl. 14.38	100m A-finale	MS	KL. 10.30	Liten ball	F6-7
Kl. 14.45	800m	J15	KL. 10.15	Liten ball	G8-9
Kl. 14.57	800m	J16	KL. 10.15	Liten ball	J8-9
Kl. 15.04	800m	J17	KL. 11.00	Spyd 0.4kg	G13
Kl. 15.04	800m	J18/19	KL. 11.00	Spyd 0.6kg	G14
Kl. 15.04	800m	KS	KL. 11.30	Liten ball	G10
Kl. 15.10	800m	G15	KL. 11.30	Liten ball	G11
Kl. 15.10	800m	G16	KL. 11.30	Liten ball	G12
Kl. 15.16	800m	G17	KL.12.25	Liten ball	J11
Kl. 15.16	800m	G18/19	KL.12.25	Liten ball	J12
Kl. 15.16	800m	MS	KL. 13.00	Spyd 0.4kg	J14
Kl. 15.30	300m HK (76,2)	J15	KL. 13.00	Spyd 0.4kg	J13
Kl. 15.35	300m HK (76,2)	J16	KL.14.10	Spyd 0.6kg	G15
Kl. 15.35	300m HK (76,2)	J17	KL.14.10	Spyd 0.7kg	G16
Kl. 15.35	300m HK (76,2)	J18/19	DISKOS		
Kl. 15.45	300m HK (76,2)	G15	KL. 14.45	Diskos 1.0kg	J.16
Kl. 15.45	300m HK (84,0)	G16	KL. 14.45	Diskos 0.75kg	J.15

Kl. 15.45	300m HK (84,0)	G17	Kl. 15.10	Diskos 1.5kg	G.17
Kl. 15.45	300m HK (91,4)	G18/19	Kl. 15.10	Diskos 1.75kg	G.18/19
Kl. 15.55	400m HK (91,4)	MS	Kl. 15.10	Diskos 2.0kg	MS
Kl. 16.00	400m HK (76,2)	KS			

Søndag 2. juni 2019

LØP			HOPP / KAST		
Kl.10.00	60m	G10	LENGDE/TRESTEG		
Kl. 10.05	60m	G11	Kl.10.30	Lengde	G10
Kl. 10.15	60m	G12	Kl. 10.55	Lengde	G11
Kl. 10.25	60m	J10	Kl. 11.40	Lengde	G12
Kl. 10.40	60m	J11	Kl. 12.20	Lengde	G17
Kl. 10.50	60m	J12	Kl. 12.20	Lengde	G18/19
Kl.11.05	800m	G14	Kl. 12.20	Lengde	MS
Kl.11.15	800m	J14	Kl. 13.10	Lengde	J15
Kl.11.25	60m, finale	J11	Kl. 13.10	Lengde	J16
Kl.11.30	60m, finale	J12	Kl. 14.30	Tresteg	J17
Kl.11.35	60m, finale	G11	Kl. 14.30	Tresteg	J18/19
Kl.11.40	60m, finale	G12	Kl. 14.30	Tresteg	KS
Kl.11.50	2000m	G15	HØYDE/STAV		
Kl.12.00	2000m	J15	Kl.10.00	Høyde	G13
Kl. 12.15	600m	G11	Kl.10.00	Høyde	G14
Kl. 12.25	600m	G12	Kl. 11.00	Høyde	G15
Kl. 12.35	600m	G13	Kl. 11.00	Høyde	G16
Kl. 12.45	600m	J11	Kl. 11.45	Høyde	J11
Kl. 12.55	600m	J12	Kl. 11.45	Høyde	J12
kl. 13.05	600m	J13	Kl. 12.50	Høyde	G17
Kl. 13.15	200m	G15	Kl. 12.50	Høyde	G18/19
Kl. 13.20	200m	G16	Kl. 12.50	Høyde	MS
Kl.13.30	200m	G17	Kl. 13.50	Stav	J13
Kl.13.35	200m	G18/19	Kl. 13.50	Stav	J14
Kl. 13.40	200m	MS	Kl. 13.50	Stav	J15
Kl.13.50	200m	J17	Kl. 13.50	Stav	J16
Kl. 14.00	200m	J18/19	Kl. 13.50	Stav	J17
Kl. 14.10	200m	KS	Kl. 13.50	Stav	J18/19
Kl. 14.15	200m	J15	Kl. 13.50	Stav	KS
Kl. 14.25	200m	J16	LITEN BALL/DISKOS/SPYD		
Kl.14.35	3000m	G16	Kl.10.00	Liten ball (150 gr)	J10
Kl.14.35	3000m	G17	Kl. 10.30	Spyd 0.5kg	J15
Kl.14.35	3000m	G18/19	Kl. 10.30	Spyd 0.5kg	J16
Kl. 14.50	3000m	MS	Kl. 11.00	Spyd 0.7kg	G17
Kl. 15.05	3000m	J16	Kl. 11.00	Spyd 0.8kg	G18/19
Kl. 15.05	3000m	J17	Kl. 11.00	Spyd 0.8kg	MS
Kl. 15.05	3000m	J18/19	Kl. 11.45	Diskos 1.0kg	G15
Kl. 15.05	3000m	KS	Kl. 11.45	Diskos 1.5kg	G16
			Kl. 12.30	Diskos 1.0kg	J17
			Kl. 12.30	Diskos 1.0kg	J18/19
			Kl. 12.30	Diskos 1.0kg	KS
			KULE		
			Kl.13.15	Kule 3.0kg	G13

			Kl.13.15	Kule 4.0kg	G14
			Kl. 14.00	Kule 2.0kg	J13
			Kl. 14.00	Kule 3.0kg	J14
Opprop for løp senest 1 time før start i myldreområdet. For tekniske øvelser er opprop på øvelsessted 15 min før start. Løpsfinaler 10 min før start.					
Lengde og kast: Jenter og gutter 10 – 12 år får fire forsøk – ingen finaleomganger.					
Rekrutt møter opp 15 minutter før start på øvelsesstedet					