

Fredag 27. mai 2022**SLEGGE**

Kl. 17.00	Slegge	G/J-13-14
Kl. 18.00	Slegge	G-15-16-17, MS
Kl. 18.40	Slegge	J-15-16-17-18/19, KS
Oppmøte 15 min før start ved sleggeburet.		

Lørdag 28. mai 2022

LØP			Hopp og kast		
Kl. 10.00	60m	G-10	TRESTEG/LENGDE		
Kl. 10.10	60m	G-11	Kl. 11.00	Lengde	J11
Kl. 10.20	60m	G-12	Kl. 11.45	Lengde	J12
Kl. 10.25	60m	J-10	Kl. 12.30	Lengde	G13
Kl. 10.35	60m	J-11	Kl. 13.15	Lengde	J17/18/19, KS
Kl. 10.45	60m	J-12	Kl. 14.20	Lengde	G15-16
Kl. 10.55	60m forsøk	G-13	Kl. 15.05	Lengde	G14
Kl. 11.05	60m forsøk	G-14	kl. 16.10	Tresteg	J15/16
Kl. 11.15	60m forsøk	J-13	kl. 16.10	Tresteg	G17/18/19, MS
Kl. 11.30	60m forsøk	J-14	HØYDE		
Kl. 11.40	100m forsøk	G-15/16	Kl. 10.30	Høyde	G11
Kl. 11.55	100m forsøk	G-17/19	Kl. 11.30	Høyde	G12
Kl. 12.15	100m forsøk	J-15/16	Kl. 12.00	Høyde	J13
Kl. 12.30	100m forsøk	J17/19	Kl. 13.00	Høyde	J14
Kl. 12.40	100m forsøk	MS	Kl. 13.50	Høyde	J17/18/19, KS
Kl. 13.00	100m forsøk	KS	Kl. 15.00	Høyde	J15-16
Kl. 13.20	60m finale	G-13	STAV		
Kl. 13.25	60m finale	G-14	Kl. 12.00	Stav	G13/14/15
Kl. 13.30	60m finale	J-13	Kl. 13.45	Stav	G16/17/18/19, MS
Kl. 13.35	60m finale	J-14	LITEN BALL/KULE		
Kl. 13.40	100m finale	G-15/16	Kl. 10.15	Liten ball	G10
Kl. 13.45	100m finale	G-17/19	Kl. 10.40	Liten ball	J10
Kl. 13.50	100m finale	J-15/16	Kl. 11.00	Liten ball	G12
Kl. 13.55	100m finale	J-17/19	Kl. 11.15	Liten ball	J11
Kl. 14.00	100m finale	MS	Kl. 12.00	Liten ball	G11
Kl. 14.05	100m finale	KS	Kl. 12.50	Liten ball	J12
Kl. 14.15	2000m	G-15	Kl. 13.25	Kule 4kg/5kg	G15-16
Kl. 14.25	2000m	J-15	Kl. 13.50	Kule 4kg	G14
Kl. 14.35	3000m	J-16	Kl. 14.15	Kule 3kg	G13
Kl. 14.35	3000m	J-17/19	Kl. 14.50	Kule 3kg	J15/16
Kl. 14.35	3000m	KS	Kl. 15.20	Kule 2kg	J13
Kl. 14.50	3000m	G-16	Kl. 16.00	Kule 3kg	J14
Kl. 14.50	3000m	G-17/19	SPYD		
Kl. 15.05	3000m	MS	Kl. 10.30	Diskos 0.6kg	J13
Kl. 15.20	400m	G-17/19	Kl. 10.30	Diskos 0.75kg	J14
Kl. 15.25	400m	J-17/19	Kl. 10.30	Diskos 0.75kg/1kg	J15/16
Kl. 15.30	400m	MS	Kl. 11.30	Diskos 1.5kg/1.75kg	G-17/18/19
Kl. 15.40	400m	KS	Kl. 11.30	Diskos 2.0kg	MS
Finaler på 60m/100m fra 13 år til senior. Avkryssing for løp 1 time før øvelsesstart. Tekniske har avkryssing på øvelsesstedet 15 min før start.			Kl. 12.30	Spyd 600g/700g	G15/16
			Kl. 13.05	Spyd 600g	G14
			Kl. 13.50	Spyd 400g	G13
			Kl. 14.30	Spyd 500g/600g	J17/18/19
			Kl. 14.30	Spyd 600g	KS

Søndag 29. mai 2022

LØP			HOPP / KAST		
Kl.10.00	60m	G/J 6-7	LENGDE/TRESTEG		
Kl. 10.08	60m	G 8-9	Kl. 10.00	Lengde grop 1	G10
Kl. 10.12	60m	J 8-9	Kl. 10.10	Lengde grop 2	G/J 6-7
Kl. 10.30	600m	J10	Kl. 10.40	Lengde grop 2	G 8-9
Kl. 10.37	600m	G10	Kl. 10.40	Lengde grop 1	J10
Kl. 10.44	600m	J-11	Kl.11.00	Lengde grop 2	J 8-9
Kl. 10.51	600m	G-11	Kl. 11.35	Lengde grop 1	G12
Kl.11.05	600m	J-12	Kl. 11.45	Lengde grop 2	J14
Kl.11.12	600m	G-12	Kl. 12.15	Lengde grop 1	G11
Kl.11.19	600m	J-13	Kl. 13.10	Lengde grop 1	G17/18/19, MS
Kl.11.26	600m	G-13	Kl. 14.00	Lengde grop 1	J13
Kl. 11.33	600m	G/J 6-7	Kl. 15.15	Lengde	J15/16
Kl. 11.39	600m	G-8-9	Kl. 16.00	Tresteg	G15/16
Kl. 11.46	600m	J 8-9	Kl. 16.20	Tresteg	J17/18/19, KS
Kl.12.00	60m hekk (68)(6,5)	J-11	HØYDE/STAV		
Kl.12.05	60m hekk (68)(6,5)	G-11	Kl. 10.00	Høyde	J11
Kl. 12.20	60m hekk (76,2)(7,0)	J-12	Kl. 10.45	Høyde	G13-14
Kl. 12.25	60m hekk (76,2)(7,0)	G-12	Kl. 11.50	Høyde	G15/16
Kl. 12.35	60m hekk (76,2)(7,5)	J-13	Kl. 12.50	Høyde	J12
Kl. 12.40	60m hekk (76,2)(7,5)	J-14	Kl. 13.30	Høyde	MS, G17-19
Kl. 12.45	60m hekk (76,2)(7,5)	G-13	Kl. 13.00	Stav	J13-14
Kl. 12.55	80m hekk (76,2)(8,0)	J-15/16	Kl. 14.45	Stav	J15/16/17/18/19, KS
Kl. 13.05	80m hekk (84,0)(8,0)	G-14	LITEN BALL/DISKOS/SPYD		
Kl. 13.15	100m hekk (76,2)(8,5)	J-17	Kl. 10.15	Liten ball	G 8-9
Kl.13.25	100m hekk (84,0)(8,5)	J-18/19	Kl. 10.35	Liten ball	J 8-9
Kl.13.25	100m hekk (84,0)(8,5)	KS	Kl. 11.05	Liten ball	G/J 6-7
Kl. 13.40	100m hekk (84,0)(8,5)	G-15	Kl. 11.45	Spyd 500g	J15/16
Kl. 13.40	100m hekk (91,4)(8,5)	G-16	Kl. 12.30	Diskos 1kg	J17/18/19, KS
Kl. 13.50	110m hekk (91,4)(9,14)	G-17	Kl. 13.20	Diskos 0.75kg/1kg/1.5kg	G13, 14, 15-16
Kl. 13.50	110m hekk (100,0)(9,14)	G-18/19	Kl. 14.35	Spyd 700g/800g	G17/18/19, MS
Kl. 13.50	110m hekk (106,7)(9,14)	MS	Kl. 15.35	Spyd 400g	J13-14
Kl. 14.00	800m	J-14	Avkryssing for løp 1 time før øvelsesstart. Tekniske har avkryssing på øvelsesstedet 15 min før start. J/G-6-9 har oppmøte 15 minutter før øvelsesstart på 60m, og går deretter videre til neste øvelse.		
Kl. 14.07	800m	J-15/16			
Kl. 14.07	800m	J-17/19			
Kl. 14.14	800m	G-14			
Kl. 14.21	800m	G-15/16			
Kl. 14.35	800m	G-17/19			
Kl. 14.42	800m	KS			
Kl. 14.50	800m	MS			
Kl. 15.10	200m	J-15/16			
Kl. 15.25	200m	J-17/19			
Kl. 15.30	200m	G-15/16			
Kl. 15.45	200m	G-17/19			
Kl. 16.05	200m	KS			
Kl. 16.20	200m	MS			