

Tidsskjema Ungdomscupen 1. del

Hamar idrettspark, 8. mai 2016

12.00	4x100 m stafett jenter og gutter 11/14 år	
12.10	4x100 m stafett gutter 17/19 år, jenter 17/19	
12.20	60 m gutter 11 og 12 år	
12.25	60 m gutter 13 og 14 år	
12.30	60 m jenter 11 år	
12.35	60 m jenter 12 år	
12.40	60 m jenter 13 år	
12.45	60 m jenter 14 år	
12.55	100 m jenter 15 og 16/17 år	
13.00	100 m jenter 18/19 år	
13.05	100 m gutter 15 år og MS	
13.10	100 m gutter 16/17 år	
13.35	300 m jenter 15 og 18/19 år	
13.40	300 m jenter 16/17 år	
13.45	300 m gutter 15 år og MS	
13.50	300 m gutter 16/17 år	
14.10	600 m gutter 11, 12 og 13 år	
14.20	600 m jenter 11 og 12 år	
14.30	600 m jenter 13 år	
14.40	800 m gutter 14 og 15 år	
14.45	800 m gutter 16/17 år	
14.55	800 m jenter 14 år	
14.55	800 m jenter 15, 16/17 og 18/19 år	
12.00	Høyde jenter 15, 16/17 og 18/19 år	
12.45	Høyde jenter 11 og 12 år	
13.30	Høyde jenter 13 og 14 år	
12.00	Spyd jenter 13 og 14 år	400 gram
12.40	Spyd gutter 11 og 12 år	400 gram
13.05	Spyd jenter 16/17 og 18/19 år	500 gram + 600 gram
13.25	Spyd gutter 14 og 15 år	600 gram
13.55	Spyd gutter 16/17 år og MS	700 gram + 800 gram
14.40	Spyd gutter 13 år og jenter 11 og 12 år	400 gram
12.20	Lengde gutter 16/17 år og MS	
13.00	Lengde gutter 11, 12 og 13 år	Satssone – 4 forsøk
14.00	Lengde gutter 14 og 15 år	

AVKRYSSING I LØP SENEST 1 TIME FØR ØVELSESSTART, I ANDRE ØVELSER ER DET OPPROP VED ØVELSESSTEDET CA 10 MIN FØR START

I alle løp er tid avgjørende.

Det er 4 forsøk for alle i lengde med satssone.