

Tidsskjema Mizuno Ungdomscupen 1. del

Hamar idrettspark, 5. mai 2019

12.00	60 m G-11 og G-12	
12.05	60 m G-13	
12.10	60 m G-14	
12.15	60 m J-13	
12.20	60 m J-14	
12.25	60 m J-11	
12.40	100 m G-18/19 og MS	
12.45	100 m G-15, G-16 og G-17	
12.50	100 m J-15, J-16, J-17, J-18/19 og KS	
13.05	600 m J-11, J-12 og J-13	
13.10	600 m G-11, G-12 og G-13	
13.20	800 m G-14	
13.30	800 m G-15, G-16, G-17, G-18/19 og MS	
13.40	800 m J-16, J-17, J-18/19 og KS	
13.50	300 m G-16, G-17 og G-18/19	
13.55	300 m MS	
14.05	300 m J-15, J-16, J-17, J-18/19 og KS	
14.20	4x100 m KM-stafett	
12.00	Høyde J-16	
12.30	Høyde J-11, J-12, J-13 og J-14	
12.00	Spyd G-16 og G-17	700 gram
12.25	Spyd G-11, G-12 og G-13	400 gram
13.10	Spyd J-13, J-14 og J-16	400 gram + 500 gram
13.40	Spyd G-14	600 gram
14.05	Spyd J-11	400 gram
12.30	Tresteg G-14 og MS	
13.20	Tresteg G-11, G-12 og G-13	Sone

**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 6 forsøk for alle i tekniske øvelser.