

TIDSSKJEMA

Sona-Lekene 2024

<u>Løp</u>	<u>Lengde</u>	<u>Høyde</u>	<u>Kule</u>
13.00 60 m G11	<u>J 15-KS</u>		<u>J 13+J 14</u>
13.05 G12-G14	<u>MJ+MS</u>		
13.10 G 8			
13.15 G 9+G10		<u>G 11– MS</u>	
13.20 J 8			
13.25 J 9	<u>G 8-G 10</u>		
13.30 J 10 +J 11			<u>J 8 –J 10</u>
13.35 J 13			
13.40 J 13+J 14			
13.45 J 12			
13.50	<u>J 13+J 14</u>		
13.55			
14.00 100m Alle klasser			<u>J 11+J 12</u>
14.05			
14.10 1500m G 15 -MS			
14.15			
14.20			
14.25 800 m J 15- KS			
14.30			<u>G11–G14</u>
14.35			
14.40	<u>J 11-J 12</u>		
14.45			
14.50			
14.55			
15.00	<u>J 8 –J 10</u>		<u>G 8 - G10</u>
15.05			
15.10 600m J 11- J 14			
15.15			
15.20 G11-G14			<u>J 15- KS</u>
15.25			<u>G15-MS</u>

NB! Ingen avkryssing, oppmøte ved øvelsen 10 minutter før start.

**4 omganger i lengde og kule for klasse 8–14 år
6 omganger i klasse 15 år og eldre.**