



Olavslekenene 2024

søndag

Løpsøvelser

TID	ØVELSE	KLASSE
11:00	100m	J15
11:05	100m	J16+KS
11:10	100m	G15
11:15	100m	G17+18/19+MS
11:25	60m	G14
11:35	60m	J12
11:40	60m	J11
11:45	60m	J14
11:55	60m	G12
12:00	60m	G11
12:15	60m	J13
12:35	60m	G13
13:15	400m	G17+18/19+MS
13:30	400m	G15+16
13:45	400m	J15+16+18/19
14:25	1500m	J13+14
14:40	1500m	G13+14

Tekniske øvelser

TID	ØVELSE	KLASSE
11:00	Tresteg	J14
11:00	Spyd	G12
11:00	Høyde 1	G13
11:00	Høyde 2	J13
11:00	Kule	J17+18/19+G17
11:20	Spyd	G11
11:30	Lengde 2	J15+16
11:45	Spyd	G14+17
12:00	Høyde 2	J11+12
12:10	Spyd	J14
12:15	Tresteg	G14
12:30	Lengde 2	G15+16+17
12:35	Spyd	J13
12:40	Høyde 2	G11+12
12:45	Diskos	G14
12:50	Høyde 1	J14
12:50	Kule	J15+16
12:55	Lengde 1	MS
13:00	Tresteg	G13
13:00	Spyd	J11+12
13:15	Diskos	J13
13:40	Høyde 1	G14
13:40	Spyd	G13
13:45	Tresteg	J13
13:55	Diskos	J14
14:30	Diskos	G13

Se viktige retningslinjer for stevnet nedenfor!

Tidsskjema



Opprop/avkrysning

Det er elektronisk avkrysning for alle løpsøvelser fra og med klasse 11 år (utøvere/oppmenn mottar en e-post med link). Oppropsfrist er 3 timer før øvelsesstart, det er mulig å registrere opprop fra kl 19:00 dagen før øvelsen.

For aldersklassene 8 - 10 år er det opprop i løpsøvelser ved start så snart forrige heat er ferdig, eller 10-15 min før start.

Opprop i tekniske øvelser 15 min før start på øvelsesstedet.

Forsøk:

- Lengde: 3 forsøk 8-12 år.
4 forsøk 13-14 år.
6 forsøk 15-senior. Ny rekkefølge 3 siste forsøk.
Satssone 8-13 år.
- Kast: 3 forsøk 8-12 år.
4 forsøk 13-14 år.
6 forsøk 15-senior. Ny rekkefølge 3 siste forsøk

Premieutdelinger:

- Deltagerpremie til alle 8-12 år ved innlevering av startnr ved premiebordet på gresset.
- Medalje til de tre beste i hver øvelse fom 11 år og oppover. Disse vil foregå fortløpende. Følg med på høyttaler.

Annet

Utøvere fra 18 år og oppover kan bli påkrevd skokontroll etter internasjonale regler. Private kastredskaper kontroll-veies ved å henvende seg i sekretariatet. Toaletter i Kalneshallen i tillegg til stadion.

Adgang indre bane kun for deltagere og trenere. Dette er viktig for å opprettholde sikkerheten til alle, for det avholdes mange kastøvelser på dette stevnet.