

Tidsplan

Seriestevne-4 - Valhall - Onsdag 10.06.2026

Ver 0.9	LØP		HOPP			KAST				
Tid	60 / 100 / 200m sprint	600 / 1000m rundbane	Lengde Sør	Tresteg Sør	Høyde 1 Liten	Kule Nord	Spyd Nord	Diskos Nord	Slegge Nord	
16:45	Oppvarming									16:45
16:50										16:50
16:55										16:55
17:00	60m G/J-rekrutt 3+2				G/J-rekrutt 3+1				J13 / J16 2+1 (6 forsøk)	17:00
17:05	60m J11 / J12 2+2									17:05
17:10										17:10
17:15										17:15
17:20	100m KS 2				G11 / J11 / J12 1+1+3				G11 / J11 1+2 (4 forsøk)	17:20
17:25										17:25
17:30	200m G13 / G14 / J13 1+1+3					G/J-rekrutt 3+1 (3 forsøk)				17:30
17:35										17:35
17:40	200m G11 / J12 1+2				G11 / J11 / J12 1+1+3			G14 / G15 / J13 1+1+1 (6 forsøk)		17:40
17:45	200m MV / KS 1+2									17:45
17:50										17:50
17:55		3000m MS / KS 3+1								17:55
18:00										18:00
18:05							J13 / J16 4+1 (6 forsøk)			18:05
18:10										18:10
18:15		1500m KS 1								18:15
18:20										18:20
18:25										18:25
18:30										18:30
18:35										18:35
18:40			G13 / G14 1+1 (6 forsøk) (13 sone, 14 planke)				J11 / J12 1+2 (4 forsøk)			18:40
18:45										18:45
18:50										18:50
18:55			KS 3 (6 forsøk) (planke)							18:55
19:00						G13 / G15 / J16 1+1+1 (6 forsøk)				19:00
19:05										19:05
19:10										19:10
19:15										19:15
19:20										19:20
19:25										19:25
19:30										19:30

Dommer/funksjonærteam

- Team 1 Løp
- Team 2 Høyde / Lengde / Kule (rek)
- Team 3 Slegge / Diskos / Spyd / Kule
- Team 4