

Tidsplan

Tromsølekene - Valhall - Lørdag 31.05.2025

Ver 1.1	LØP			HOPP			KAST				
	60/100/400m	1500/2000 rundbane	Stafett	Lengde Grop Sør (Nord)	Tresteg Grop Sør (Nord)	Høyde 1 Liten	Liten Ball Nord	Kule Nord	Slegge Nord	Spyd Nord	
11:50	Velkommen										11:50
11:55											11:55
12:00	60m J-rekrutt 8			FIFA 5		J13 / J14 2+3			J15 / J16 / J17 1+1+2		12:00
12:05				(3 forsøk, sone)					(6 forsøk)		12:05
12:10	60m G-rekrutt 11						J-rekrutt 10				12:10
12:15	(2 heat)						(3 forsøk)				12:15
12:20											12:20
12:25	60m FIFA 5			G-rekrutt 11							12:25
12:30				(3 forsøk, sone)					MV / KS / KV 2+1+1		12:30
12:35	60m J11 5								(6 forsøk)		12:35
12:40	60m J12 4						FIFA 5				12:40
12:45	60m J13 3						(3 forsøk)				12:45
12:50	60m J14 6					J11 / J12 4+5					12:50
12:55	60m G13 / G14 2+3			J-rekrutt 9					G16 / G17 2+1		12:55
13:00	60m G11 / G12 3+2			(3 forsøk, sone)			G-rekrutt 11		(6 forsøk)		13:00
13:05							(3 forsøk)				13:05
13:10	100m J15 / J16 / J18-19 1+5+1										13:10
13:15											13:15
13:20											13:20
13:25				J16 / J18-19 / KV 4+1+1					G13 / G14 1+1		13:25
13:30	100m G15 / G16 1+6			(6 forsøk)					(4 forsøk)		13:30
13:35	100m G17 2										13:35
13:40											13:40
13:45			4x60m FIFA / Rekrutt				G11 2		J13 / J14 3+4		13:45
13:50									(4 forsøk)		13:50
13:55											13:55
14:00											14:00
14:05				G15 / G16 1+4			G13 / G14 1+3		J12 2		14:05
14:10		1500m G16 / KV 2+1		(6 forsøk)					(4 forsøk)		14:10
14:15											14:15
14:20											14:20
14:25		1500m G13 / J13 / J14 1+2+2									14:25
14:30											14:30
14:35											14:35
14:40		1500m G11 / J11 / J12 2+3+1									14:40
14:45										J13 / J14 3+4	14:45
14:50										(4 forsøk)	14:50
14:55	400m J18-19 1							J16 / J17 4+1			14:55
15:00								(6 forsøk)			15:00
15:05	400m G16 / G17 2+2										15:05
15:10											15:10
15:15										G11 / J11 / J12 1+2+3	15:15
15:20										(4 forsøk)	15:20
15:25					G 14 / J14 1+4			G15 / G16 / G17 / J18-19 2+5+1+1			15:25
15:30					(4 forsøk)			(6 forsøk)			15:30
15:35											15:35
15:40											15:40
15:45										MV / J15 / J16 / J17 3+1+1+1	15:45
15:50					G13 / J11 / J13 1+2+4					(6 forsøk)	15:50
15:55					(4 forsøk, sone)						15:55
16:00											16:00
16:05											16:05
16:10											16:10
16:15											16:15
16:20											16:20
16:25										G16 4	16:25
16:30										(6 forsøk)	16:30
16:35			4x60m 11 / 12								16:35
16:40			4x100m 13 / 14								16:40
16:45											16:45
16:50											16:50
16:55			4x100m 15+								16:55
17:00											17:00

Dommer/funksjonærteam

Team 1	Løp	
Team 2	Lengde	Tresteg
Team 3	Høyde	Kule
Team 4	Slegge	Spyd
Team 5	Liten ball	