

Tidsplan

Tromsølekene - Valhall - Søndag 01.06.2025

Ver 1.1	LØP				HOPP			KAST		
	Hekk	200m	600/800/5000m 400m rundbane	Stafett	Lengde / Tresteg Grop Sør (Nord)	Høyde 2 Stor	Høyde 1 Liten	Stav Sør	Kule Nord	Diskos Nord
10:00	60hk G11 / J11 2+3						J-rekrutt 7	J15 / J16 1+1	G-rekrutt 11 (3 forsøk)	
10:05										
10:10	60hk G12 / J12 1+4									
10:15										
10:20	60hk J13 / J14 1+4				LENGDE J11 / J12 4+6 (4 forsøk, sone)					
10:25										
10:30	80hk J16 1									
10:35								G13 / J14 1+2		
10:40	100mhk G16 1									
10:45			400m G-Rekrutt 9							
10:50			400m J-Rekrutt 5							
10:55										
11:00					J13 5 (4 forsøk, sone)		G-rekrutt 11			
11:05										
11:10		200m G11 / G12 2+1								
11:15		200m J11 4							J-rekrutt 8 (3 forsøk)	
11:20		200m J12 5								
11:25		200m G16 / G17 5+2								
11:30										
11:35		200m G13 / G14 / G15 2+1+3								
11:40		200m J14 6								
11:45		200m J13 2								
11:50		200m J15 / J16 1+4								
11:55									G13 / G14 1+1 (4 forsøk)	G11 / J12 1+1
12:00			1500m MS 1		LENGDE J14 5 (4 forsøk)					
12:05										MV / J15 / J16 / J17 / KS 2+1+1+1+1 (6 forsøk)
12:10						G15 / G16 2+2				
12:15				4x200m Rekrutter					G11 / J11 / J12 2+1+4 (4 forsøk)	
12:20					G 14 2 (4 forsøk)					
12:25										
12:30	200mhk J13 / J14 1+2									
12:35										
12:40										
12:45	200mhk G14 1								J13 / J14 6+3 (4 forsøk)	
12:50										
12:55						J16 / KV 2+1				G15 / G16 / G17 2+4+1 (6 forsøk)
13:00			3000m G16 / G18-19 / MS / MV 2+1+2+1		LENGDE G11 / G12 / G13 2+2+1 (4 forsøk, sone)					
13:05										
13:10										
13:15										
13:20										
13:25										
13:30										
13:35			600m G14 / J13 / J14 1+2+3							
13:40			600m G11 / G12 / J11 / J12 2+1+3+1							
13:45					TRESTEG G16 / J16 / KV 1+3+1 (6 forsøk)					G13 / G14 2+1 (4 forsøk)
13:50										
13:55										
14:00			800m J16 1							
14:05										
14:10			800m G16 1							J13 / J14 2+3 (4 forsøk)
14:15										
14:20										
14:25										
14:30										
14:35										
14:40				1000m stafett 11-14 år / MS / KS						
14:45										
14:50										
14:55										
15:00	Avslutning									

Dommer/funksjonærteam

Team 1	Løp	
Team 2	Lengde	Tresteg
Team 3	Høyde 1	Høyde 2
Team 4	Stav	Diskos
Team 5	Kule	