

MANGEKAMPSTEVNE 3. OG 4. JULI 2021

TIDSSKJEMA – 4. JULI 2021



KL.	60 m hekk	80 m hekk	110 m hekk	100 m	600 m	800 m	1000 m	1500 m	Høyde	Lengde	Diskos	Kule	Spyd	Stav	Tresteg
10.00			MJ						J-12	J-15 J-16 J-17 J-18/19			J-11 J-13 J-14		
10.05	J-11														
10.10	G-11														
10.15	J-12								J-11						
10.20	G-12														
10.25	J-13 J-14														
10.30									G- 11/12		MJ				
10.35	G-13														
10.40		G-14													
10.50				G-15 G-16 G-17											
10.55				J-15 J-16											

MANGEKAMPSTEVNE 3. OG 4. JULI 2021

TIDSSKJEMA – 4. JULI 2021



KL.	60 m hekk	80 m hekk	110 m hekk	100 m	600 m	800 m	1000 m	1500 m	Høyde	Lengde	Diskos	Kule	Spyd	Stav	Tresteg
				J- 18/19											
11.00									G-13 G-14				J-15 J-16 J-17		
11.10														MJ	
11.30										G-15 G-16					
11.45									J-13 J-14						
12.10													MJ		
12.15												G-15 G-16 G-17			
12.20						J-15 J-16 J-17									J-16 J-18/19
12.30													G-11 G-12 G-13 G-14		

MANGEKAMPSTEVNE 3. OG 4. JULI 2021

TIDSSKJEMA – 4. JULI 2021



KL.	60 m hekk	80 m hekk	110 m hekk	100 m	600 m	800 m	1000 m	1500 m	Høyde	Lengde	Diskos	Kule	Spyd	Stav	Tresteg
12.40					G-13										
12.45					G-14										
12.50					J-13										
12.55					J-14										
13.00								MJ	G-15 G-16						
13.40						G-15									
14.00							G-15 G-16								

Tre forsøk i de tekniske øvelser

Opprop 10 min før øvelsesstart på alle øvelser

