

SALMINGKARUSELL/KM 2019

TIDSSKJEMA – 14. SEPTEMBER 2019



KL	60 m	100 m	600 m	800 m	Lengde	Liten ball	Tresteg	Høyde	Kule	Diskos	1000 m kappgang	Stav	Stafett
10.00	J-12				J-8	G-8	J-11		G-12			Jenter	
10.10	G-11												
10.20	G-13												
10.25							G-11						
10.30	G-10					G-9			J-12/13/ 14				
10.40	G-12												
10.45	J-10				J-9		G-13						
10.55	J-11												
11.00	J-8					G-10			J-15/16/ 17/18/19			Gutter	
11.05					J-10								
11.10	G-9						G-12						
11.15	J-13												
11.20	G-8												
11.25	J-9												
11.30						J-8			J-11				
11.35					G-8						Alle		
11.50	J-12(Finale)								G-13/14				
11.55	G-11(Finale)												
12.00	G-13(Finale)							J-11/13					
12.05					G-9								
12.10		G-14/15											
12.15		G-16/17/ 18/19				J-9							

SALMINGKARUSELL/KM 2019

TIDSSKJEMA – 14. SEPTEMBER 2019



KL	60 m	100 m	600 m	800 m	Lengde	Liten ball	Tresteg	Høyde	Kule	Diskos	1000 m kappgang	Stav	Stafett
12.20		J-14											
12.25		J-15/16/ 17/18/19							G-15/17				
12.30								J-12					
12.35					G-10	J-10							
12.40				G-16/17									
12.50			J-11										
12.55			G-12						G-11				
13.00			J-13/14										
13.05			J-12		G-14/15/ 16/17/ 18/19								
13.10								G-13					
13.15										J-11/12/ 13/14			
13.35			G-11										
13.45					J-14/15/ 16/17/ 18/19								
13.50			G-13/14					G-12					
13.55										G-11			
14.10										G-13/15			
14.20							J-12/13	G-11					
14.35										G-12			
15.00										J-15/16/ 17/18/19			

SALMINGKARUSELL/KM 2019

TIDSSKJEMA – 14. SEPTEMBER 2019



KL	60 m	100 m	600 m	800 m	Lengde	Liten ball	Tresteg	Høyde	Kule	Diskos	1000 m kappgang	Stav	Stafett
15.30													4x60m G-11/12
15.40													4x60m G-13/14
15.50													4x60m J-11/12 J-13/14
16.00													4x100m J-15/16
16.10													3x800m Gutter
16.20													3x800m Jenter

Husk avkrysning på løpsøvelser 1 time før start!!!

I tekniske øvelser er det opprop i øvelsesområdet 15 minutter før start

Tekniske øvelser 8-10 år 3 forsøk, 11-14 år 4 forsøk, 15-18/19 år 6 forsøk

Til finale 60m, 2 beste fra hvert heat + 4 beste tider

Deltakerpremie til alle 8-10 år ved innlevering av startnummer