

CRAFTKARUSELL – KM - MANGEKAMP 10. OG 11. SEPTEMBER

TIDSSKJEMA – 11. SEPTEMBER 2022



KL.	60 m hekk	80 m hekk	100 m hekk	100 m	600 m	800 m	1000 m	1500 m	Diskos	Høyde	Lengde	Spyd	Stav	Tresteg
10.00	G-11										J-15			G-13/15 /18/19
10.05	J-11													
10.10												J-11		
10.15	J-12									G-11/ 12				
10.20	G-12													
10.30	J-13/14													
10.35	G-13													
10.40												J-12		
10.45		G-14												
10.55			G-15											
11.00			G-17											
11.05										J-13/14				
11.15				J-15 /16										
11.20												G-11		
11.30								G-15/ 16/17						
11.35									G-15					

CRAFTKARUSELL – KM - MANGEKAMP 10. OG 11. SEPTEMBER

TIDSSKJEMA – 11. SEPTEMBER 2022



KL.	60 m hekk	80 m hekk	100 m hekk	100 m	600 m	800 m	1000 m	1500 m	Diskos	Høyde	Lengde	Spyd	Stav	Tresteg
11.50										G-13/ 14		G-12		
12.25												G-13/14		
12.30					J-13								G-15 J-17	J-13/14 /18/19 KS
12.35										J-11				
12.55												G-16/ 17		
13.00					G-13									
13.20										J-12				
13.30												J-13/14/ 15/16		
14.10												G-15 MS		
14.20					G-14									
14.30						J-14/ 15/16								
15.00							G-15							
15.10	STAFETTER – 3X800M													
15.15														

CRAFTKARUSELL – KM - MANGEKAMP 10. OG 11. SEPTEMBER

TIDSSKJEMA – 11. SEPTEMBER 2022



8-10 år – Tre forsøk i de tekniske øvelser

Mangekamp – Tre forsøk i de tekniske øvelsene

KM – Tre forsøk på alle + tre forsøk på de 8 beste etter tre omganger

Opprop på øvelsesstedet 15 min før øvelsestart på alle øvelser

