

KARUSELL – KM - MANGEKAMP 14. OG 15. SEPTEMBER

TIDSSKJEMA – 15. SEPTEMBER 2024



KL.	60 m hekk	80 m hekk	110 m hekk	100 m	600 m	800 m	1500 m	Diskos	Høyde	Lengde	Spyd	Stav	Tresteg
10.00			MS					J-15 J-18/19	G-11 G-12	J-15 J-16			
10.10			G-17										
10.25	J-11												
10.35	J-12												
10.45	G-11												
10.55	G-12												
11.00								G-17 MS	J-11 J-12		G-11 G-12 G-13 G-14		
11.05	J-13												
11.15	J-14												J-13 J-15 J-16
11.25	G-13												
11.35		G-14											
11.50				J-15									

KARUSELL – KM - MANGEKAMP 14. OG 15. SEPTEMBER

TIDSSKJEMA – 15. SEPTEMBER 2024



12.00								J-13 J-14		J-15 J-16 J-17		
12.10											G-17 MS KS	
12.15												G-13 G-14 G-15
12.50								G-13 G-14		J-11 J-12 J-13		
13.25				J-13 J-14								
13.40										G-17 G- 18/19 MS		
14.15				G-13 G-14								
15.00							G-15 G-16					

KARUSELL – KM - MANGEKAMP 14. OG 15. SEPTEMBER

TIDSSKJEMA – 15. SEPTEMBER 2024



							G-17 G-18/19 MS						
15.15						J-15 J-16 J-17							

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

Avkryssing på løpsøvelser 1 time før øvelsesstart

Opprop på øvelsesstedet 15 min før øvelsestart på alle tekniske øvelser

