



Tidsskjema lørdag 24. mai

11:00	80 METER HEKK	G 14	BANE 1
11:00	60 METER HEAT 1	J 11	BANE 2
11:05	60 METER HEAT 2	J 11	BANE 2
11:10	60 METER HEKK	J 14	BANE 1
11:10	60 METER HEAT 3	J 11	BANE 2
11:15	60 METER HEAT 1	G 10	BANE 2
11:20	60 METER HEAT 2	G 10	BANE 2
11:20	60 METER HEKK	J 13	BANE 1
11:25	60 METER HEKK	G 13	BANE 1
11:25	60 METER HEAT 1	J 10	BANE 2
11:30	60 METER HEKK	G 12	BANE 1
11:30	60 METER HEAT 2	J 10	BANE 2
11:35	60 METER HEKK HEAT 1	J 12	BANE 1
11:35	60 METER HEAT 3	J 10	BANE 2
11:40	60 METER HEKK HEAT 2	J 12	BANE 1
11:40	60 METER HEAT 4	J 10	BANE 2
11:45	60 METER HEAT 5	J 10	BANE 2
11:50	60 METER HEAT 1	G REK	BANE 2
11:50	60 METER HEKK	G 11	BANE 1
11:55	60 METER HEAT 2	G REK	BANE 2
11:55	60 METER HEKK	J 11	BANE 1
12:00	60 METER HEAT 3	G REK	BANE 2
12:05	60 METER HEAT 4	G REK	BANE 2
12:10	60 METER HEAT 5	G REK	BANE 2
12:15	60 METER HEAT 6	G REK	BANE 2
12:20	60 METER HEAT 1	G 12	BANE 2
12:25	60 METER HEAT 1	G 14	BANE 1
12:25	60 METER HEAT 2	G 12	BANE 2
12:30	60 METER HEAT 2	G 14	BANE 1
12:30	60 METER HEAT 3	G 12	BANE 2
12:35	60 METER HEAT 1	G 13	BANE 1
12:35	60 METER HEAT 1	J 13	BANE 2
12:40	60 METER HEAT 2	G 13	BANE 1
12:40	60 METER HEAT 2	J 13	BANE 2
12:45	60 METER HEAT 1	G 11	BANE 1
12:45	60 METER HEAT 3	J 13	BANE 2
12:50	60 METER HEAT 2	G 11	BANE 1
12:50	60 METER HEAT 1	J 12	BANE 2
12:55	60 METER HEAT 1	J 14	BANE 1
12:55	60 METER HEAT 2	J 12	BANE 2
13:00	60 METER HEAT 2	J 14	BANE 1
13:00	60 METER HEAT 3	J 12	BANE 2
13:05	60 METER HEAT 3	J 14	BANE 1
13:05	60 METER HEAT 4	J 12	BANE 2
13:10	60 METER HEAT 4	J 14	BANE 1
13:10	60 METER HEAT 5	J 12	BANE 2
13:15	60 METER HEAT 1	J REK	BANE 2
13:20	60 METER HEAT 2	J REK	BANE 2
13:25	60 METER FINALE	J 11	BANE 1
13:25	60 METER HEAT 3	J REK	BANE 2
13:30	60 METER FINALE	G 12	BANE 1
13:30	60 METER HEAT 4	J REK	BANE 2
13:35	60 METER FINALE	G 14	BANE 1
13:35	60 METER HEAT 5	J REK	BANE 2
13:40	60 METER FINALE	J 13	BANE 1
13:45	60 METER FINALE	J 12	BANE 1
13:50	60 METER FINALE	G 13	BANE 1
13:55	60 METER FINALE	G 11	BANE 1
14:00	60 METER FINALE	J 14	BANE 1
14:25	200 METER	J 16	
14:25	200 METER	J 17	
14:25	200 METER	J 18/19	
14:30	200 METER	G 15	
14:35	200 METER	G 16	
14:40	200 METER	G 17	

14:40	200 METER	G 18/19	
14:45	200 METER	J 15	
15:00	800 METER	J 14	
15:08	800 METER	G 14	
15:16	800 METER	G 15	
15:16	800 METER	G 16	
15:24	800 METER	J 15	
15:32	800 METER	J 16	
15:40	800 METER	G 17	
15:40	800 METER	G 18/19	
15:48	800 METER	J 17	
15:48	800 METER	J 18/19	
16:00	600 METER HEAT 1	J 12	
16:07	600 METER HEAT 2	J 12	
16:15	600 METER	G 12	
16:22	600 METER	J 13	
16:30	600 METER	G 13	
16:45	1000 METER STAFETT	ALLE	
11:00	LENGDE	G 11	GROP 1/2
11:00	LENGDE	J REK PULJE 1	GROP 3/4
11:30	LENGDE	G 14	GROP 1/2
11:45	LENGDE	J REK PULJE 2	GROP 3/4
12:30	LENGDE	G REK PULJE 1	GROP 3/4
12:30	LENGDE	G REK PULJE 2	GROP 1/2
14:00	LENGDE	G 12	GROP 3/4
14:00	LENGDE	G 13	GROP 1/2
15:00	LENGDE	G 15	GROP 3/4
15:00	LENGDE	G 16	GROP 3/4
15:00	LENGDE	G 17	GROP 3/4
15:00	LENGDE	G 18/19	GROP 3/4
11:00	LITEN BALL	G REK PULJE 1	SPYD 1
11:45	LITEN BALL	G 12	SPYD 1
12:15	LITEN BALL	G REK PULJE 2	SPYD 1
12:15	LITEN BALL	G 11	SPYD 2
13:00	LITEN BALL	J 12	SPYD 2
13:00	LITEN BALL	J 10 PULJE 1	SPYD 1
13:30	LITEN BALL	J REK	SPYD 1
14:00	LITEN BALL	J 11	SPYD 2
14:30	LITEN BALL	J 10 PULJE 2	SPYD 1
15:15	LITEN BALL	G 10	SPYD 1
11:30	SPYD	J 13	SPYD 2
12:00	SPYD	J 15	SPYD 2
12:45	SPYD	G 14	SPYD 2
14:45	SPYD	J 14	SPYD 2
15:30	SPYD	G 13	SPYD 2
16:00	SPYD	G 15	SPYD 2
16:00	SPYD	G 16	SPYD 2
16:00	SPYD	G 17	SPYD 2
16:00	SPYD	G 18/19	SPYD 2
16:00	SPYD	J 16	SPYD 2
16:00	SPYD	J 17	SPYD 2
16:00	SPYD	J 18/19	SPYD 2
14:15	HØYDE	J 12	
13:30	HØYDE	J 15	
13:30	HØYDE	J 16	
11:15	KULE	J 14	
12:15	KULE	J 11	
13:00	KULE	G 15	
13:00	KULE	G 16	
13:00	KULE	G 17	
13:00	KULE	G 18/19	
13:45	KULE	J 13	

Endringer utført fredag 23. mai merket med gult.



Tidsskjema søndag 25. mai

11:00	80 METER HEKK	J 15
11:10	80 METER HEKK	J 16
11:20	100 METER HEKK	G 15
11:30	100 METER HEAT 1	J 15
11:35	100 METER HEAT 2	J 15
11:50	200 METER HEAT 1	G 12
11:55	200 METER HEAT 2	G 12
12:00	200 METER HEAT 1	G 13
12:05	200 METER HEAT 2	G 13
12:10	200 METER HEAT 1	J 14
12:15	200 METER HEAT 2	J 14
12:20	200 METER HEAT 3	J 14
12:25	200 METER HEAT 4	J 14
12:30	200 METER HEAT 1	J 12
12:35	200 METER HEAT 2	J 12
12:40	200 METER HEAT 3	J 12
12:45	200 METER HEAT 4	J 12
12:50	200 METER HEAT 1	G 14
12:55	200 METER HEAT 2	G 14
13:00	200 METER HEAT 1	J 13
13:05	200 METER HEAT 2	J 13
13:30	600 METER	J 11
13:37	600 METER	G 11
13:45	600 METER HEAT 1	J 10
13:52	600 METER HEAT 2	J 10
14:00	600 METER	G 10
14:10	3000 METER	G 16
14:10	3000 METER	G 18/19
14:30	100 METER FINALE	J 15
14:35	100 METER	G 15
14:40	100 METER	J 16
14:40	100 METER	J 17
14:40	100 METER	J 18/19
14:45	100 METER	G 16
14:50	100 METER	G 17
14:55	100 METER	G 18/19
15:10	1500 METER	G 14
15:10	1500 METER	G 15
15:20	1500 METER	J 14
15:20	1500 METER	J 15
15:30	1500 METER	J 16
15:30	1500 METER	J 17
15:30	1500 METER	J 18/19
15:45	STAFETT	J 10
15:50	STAFETT	G 10
15:55	STAFETT	J 11/12
16:00	STAFETT	G 11/12
16:05	STAFETT	J 13/14
16:10	STAFETT	G 13/14
11:00	LENGDE PULJE 1	J 10 GROP 3/4
11:00	LENGDE PULJE 2	J 10 GROP 1/2
11:40	LENGDE	G 10 GROP 3/4
11:40	LENGDE	J 13 GROP 1/2
12:00	LENGDE	J 11 GROP 3/4
12:30	LENGDE	J 15 GROP 1/2
12:30	LENGDE	J 16 GROP 1/2
13:00	LENGDE	J 14 GROP 3/4
14:20	LENGDE PULJE 1	J 12 GROP 3/4
14:20	LENGDE PULJE 2	J 12 GROP 1/2
11:00	KULE	J 12
11:50	KULE	J 15
11:50	KULE	J 16
11:50	KULE	J 17
12:30	KULE	G 11

12:30	KULE	G 12
13:15	KULE	G 13
13:45	KULE	G 14
11:00	HØYDE	J 14
12:15	HØYDE	G 15
12:15	HØYDE	G 16
12:15	HØYDE	G 17
12:15	HØYDE	G 18/19
13:15	HØYDE	J 13
14:00	HØYDE	G 12
14:50	HØYDE	G 13
14:50	HØYDE	G 14
09:30	SLEGGE	J 14
09:30	SLEGGE	J 15
09:30	SLEGGE	J 16
09:30	SLEGGE	J 17
09:30	SLEGGE	G 14
09:30	SLEGGE	G 15
09:30	SLEGGE	G 17
11:00	SLEGGE	J 13
11:00	SLEGGE	G 13



Tidsskjema per klasse

JENTER REKRUTT			11:50	200 METER	SØNDAG
11:00	LENGDE PULJE 1	LØRDAG	12:30	KULE	SØNDAG
11:45	LENGDE PULJE 2	LØRDAG	14:00	HØYDE	SØNDAG
13:05	60 METER	LØRDAG	16:00	STAFETT	SØNDAG
13:30	LITEN BALL	LØRDAG			
GUTTER REKRUTT					
11:00	LITEN BALL PULJE 1	LØRDAG	11:20	60 METER HEKK	LØRDAG
11:45	60 METER	LØRDAG	11:30	SPYD	LØRDAG
12:15	LITEN BALL PULJE 2	LØRDAG	12:25	60 METER FORSØK	LØRDAG
12:30	LENGDE PULJE 1	LØRDAG	13:40	60 METER FINALE	LØRDAG
12:30	LENGDE PULJE 2	LØRDAG	13:45	KULE	LØRDAG
			16:22	600 METER	LØRDAG
JENTER 10			11:00	SLEGG	SØNDAG
11:25	60 METER	LØRDAG	11:40	LENGDE	SØNDAG
13:00	LITEN BALL PULJE 1	LØRDAG	12:55	200 METER	SØNDAG
15:00	LITEN BALL PULJE 2	LØRDAG	13:15	HØYDE	SØNDAG
11:00	LENGDE PULJE 1	SØNDAG	16:05	STAFETT	SØNDAG
11:00	LENGDE PULJE 2	SØNDAG			
13:45	600 METER	SØNDAG	GUTTER 13		
15:45	STAFETT	SØNDAG	11:25	60 METER HEKK	LØRDAG
GUTTER 10			12:35	60 METER FORSØK	LØRDAG
11:15	60 METER	LØRDAG	13:50	60 METER FINALE	LØRDAG
15:15	LITEN BALL	LØRDAG	14:00	LENGDE	LØRDAG
11:40	LENGDE	SØNDAG	15:30	SPYD	LØRDAG
14:00	600 METER	SØNDAG	16:30	600 METER	LØRDAG
15:50	STAFETT	SØNDAG	11:00	SLEGG	SØNDAG
			12:00	200 METER	SØNDAG
JENTER 11			13:15	KULE	SØNDAG
11:00	60 METER FORSØK	LØRDAG	14:50	HØYDE	SØNDAG
11:55	60 METER HEKK	LØRDAG	16:10	STAFETT	SØNDAG
12:15	KULE	LØRDAG			
13:25	60 METER FINALE	LØRDAG	JENTER 14		
14:00	LITEN BALL	LØRDAG	11:10	60 METER HEKK	LØRDAG
12:00	LENGDE	SØNDAG	11:15	KULE	LØRDAG
13:30	600 METER	SØNDAG	12:55	60 METER FORSØK	LØRDAG
15:55	STAFETT	SØNDAG	14:00	60 METER FINALE	LØRDAG
			14:45	SPYD	LØRDAG
GUTTER 11			15:00	800 METER	LØRDAG
11:00	LENGDE	LØRDAG	09:30	SLEGG	SØNDAG
11:50	60 METER HEKK	LØRDAG	11:00	HØYDE	SØNDAG
12:15	LITEN BALL	LØRDAG	12:15	200 METER	SØNDAG
12:45	60 METER FORSØK	LØRDAG	13:00	LENGDE	SØNDAG
13:55	60 METER FINALE	LØRDAG	15:20	1500 METER	SØNDAG
12:30	KULE	SØNDAG	16:05	STAFETT	SØNDAG
13:37	600 METER	SØNDAG			
16:00	STAFETT	SØNDAG	GUTTER 14		
			11:00	80 METER HEKK	LØRDAG
JENTER 12			11:30	LENGDE	LØRDAG
11:35	60 METER HEKK	LØRDAG	12:25	60 METER FORSØK	LØRDAG
12:40	60 METER FORSØK	LØRDAG	12:45	SPYD	LØRDAG
13:00	LITEN BALL	LØRDAG	13:35	60 METER FINALE	LØRDAG
13:45	60 METER FINALE	LØRDAG	15:08	800 METER	LØRDAG
14:00	HØYDE	LØRDAG	09:30	SLEGG	SØNDAG
16:00	600 METER	LØRDAG	12:50	200 METER	SØNDAG
11:00	KULE	SØNDAG	13:45	KULE	SØNDAG
12:30	200 METER	SØNDAG	14:50	HØYDE	SØNDAG
14:20	LENGDE PULJE 1	SØNDAG	15:10	1500 METER	SØNDAG
14:20	LENGDE PULJE 2	SØNDAG	16:10	STAFETT	SØNDAG
15:55	STAFETT	SØNDAG			
			GUTTER 12		
11:30	60 METER HEKK	LØRDAG	11:30	60 METER HEKK	LØRDAG
11:45	LITEN BALL	LØRDAG	11:45	LITEN BALL	LØRDAG
12:15	60 METER FORSØK	LØRDAG	12:15	60 METER FORSØK	LØRDAG
13:30	60 METER FINALE	LØRDAG	13:30	60 METER FINALE	LØRDAG
14:00	LENGDE	LØRDAG	14:00	LENGDE	LØRDAG
16:15	600 METER	LØRDAG	16:15	600 METER	LØRDAG



Tidsskjema per klasse

JENTER 15			12:15	HØYDE	SØNDAG
12:00	SPYD	LØRDAG	14:50	100 METER	SØNDAG
13:30	HØYDE	LØRDAG			
14:45	200 METER	LØRDAG			
15:24	800 METER	LØRDAG	14:25	200 METER	LØRDAG
16:45	STAFETT	LØRDAG	15:48	800 METER	LØRDAG
09:30	SLEGGE	SØNDAG	16:00	SPYD	LØRDAG
11:00	80 METER HEKK	SØNDAG	16:45	STAFETT	LØRDAG
11:30	100 METER	SØNDAG	14:40	100 METER	SØNDAG
11:50	KULE	SØNDAG	15:30	1500 METER	SØNDAG
12:30	LENGDE	SØNDAG			
14:30	100 METER FINALE	SØNDAG			
15:20	1500 METER	SØNDAG			
GUTTER 15					
13:00	KULE	LØRDAG			
14:30	200 METER	LØRDAG	13:00	KULE	LØRDAG
15:16	800 METER	LØRDAG	14:40	200 METER	LØRDAG
15:30	LENGDE	LØRDAG	15:00	LENGDE	LØRDAG
16:00	SPYD	LØRDAG	15:40	800 METER	LØRDAG
16:45	STAFETT	LØRDAG	16:00	SPYD	LØRDAG
09:30	SLEGGE	SØNDAG	16:45	STAFETT	LØRDAG
11:20	100 METER HEKK	SØNDAG	12:15	HØYDE	SØNDAG
12:15	HØYDE	SØNDAG	14:10	3000 METER	SØNDAG
14:35	100 METER	SØNDAG	14:55	100 METER	SØNDAG
15:10	1500 METER	SØNDAG			
JENTER 16					
14:25	200 METER	LØRDAG			
15:32	800 METER	LØRDAG			
16:00	SPYD	LØRDAG			
16:45	STAFETT	LØRDAG			
09:30	SLEGGE	SØNDAG			
11:10	80 METER HEKK	SØNDAG			
11:50	KULE	SØNDAG			
12:30	LENGDE	SØNDAG			
14:40	100 METER	SØNDAG			
15:30	1500 METER	SØNDAG			
GUTTER 16					
13:00	KULE	LØRDAG			
14:35	200 METER	LØRDAG			
15:00	LENGDE	LØRDAG			
15:16	800 METER	LØRDAG			
16:00	SPYD	LØRDAG			
16:45	STAFETT	LØRDAG			
12:15	HØYDE	SØNDAG			
14:10	3000 METER	SØNDAG			
14:45	100 METER	SØNDAG			
JENTER 17					
14:25	200 METER	LØRDAG			
15:48	800 METER	LØRDAG			
16:00	SPYD	LØRDAG			
16:45	STAFETT	LØRDAG			
09:30	SLEGGE	SØNDAG			
11:50	KULE	SØNDAG			
14:40	100 METER	SØNDAG			
15:30	1500 METER	SØNDAG			
GUTTER 17					
13:00	KULE	LØRDAG			
14:40	200 METER	LØRDAG			
15:00	LENGDE	LØRDAG			
15:40	800 METER	LØRDAG			
16:00	SPYD	LØRDAG			
16:45	STAFETT	LØRDAG			
09:30	SLEGGE	SØNDAG			