



TIDSSKJEMA Mailekene 2023

Søndag 21. mai



LØP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1100	J12	60mh	3	76,2 7,0m
1105	J13	60mh	5	76,2 7,5m
1110	J11	60mh	3	68,0 6,5m
1115	G13	60mh	3	76,2 7,5m
1125	G14+J15	80mh	1+1	G14: 84,0 8,0m, J15: 76,2 8,0m
1135	G15+G16+J16	100mh	1+1+1	G15: 84,0 8,5m, G16: 91,4 8,5m, J16: 76,2 8,0m
1140	G17	110m h	1	G17: 91,4 9,14m
1150	J12	200m	6	
1155	G12	200m	3	
1200	J14+J15	200m	7+1	
1205	J16+J17+J18/19+KS	200m	2+1+3+1	
1210	J13	200m	7	
1215	G13	200m	6	
1220	G14	200m	4	
1225	G15	200m	4	
1230	G16	200m	5	
1235	G17+G18/19	200m	5+3	
1240	J10+J11	600m	5+5	
1250	G10+G11	600m	4+3	
1300	J12+J13+J14	1500m	1+4+2	
1310	G12+G13+G14	1500m	3+2+4	
1320	G15+G16+G17+J18/19	1500m	3+2+1	
1335	Alle klasse	1000mS		1000m stafett, påmelding 1 time før start til stevnekontor

KAST

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1105	J11+J12+G11	Kule	4+2+3	J11, J12, G11: 2kg,
1200	G15+G17	Kule	1+1	G15: 4kg, G17: 5 kg, 3+3f
1200	J15+J18/19	Kule	1+1	J15: 3kg, J18/19: 4kg, 3+3f
1300	G14	Slegge	1	G14: 4kg 4f
1300	J15+J16+J18/19	Slegge	2+1+2	J15, J16: 3kg, J18/19: 4kg, 3+3f

HOPP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1100	G13+G14	Høyde	2+2	
1200	J12/G12	Høyde	4+1	
1100	J10	Lengde	6	Grop 2. Satssone, 4f
1115	J13+J14+J18/19	Lengde	6+4+1	Grop 1. J13 satssone 4 f, J14 4 f, J15 3+3f
1145	G10	Lengde	6	Grop 2. Satssone, 4f
1230	G15+G17+G18/19	Lengde	2+1+2	Grop 2. 3+3f

GENERSPONSOR:



Haugesund
Sparebank