



TIDSSKJEMA MAILEKENE 2024

Lørdag 25. mai



## REKRUTTER

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1200	G6-8	60m	8	Aksel, Daniel, Henry, Håkon, Jens, Marcus, Storm og Theodor .
1205	G6-8 + G9	60m	4 + 3	G6-8: Aleksander, Eirik, Olav, Vemund, G9: Aksel, Sivert, Benjamin
1210	J9	60m	7	
1215	J6-8	60m	8	
1225	J9	Lengde	6	Grop 1, Satssone, 3 forsøk
1245	J6-8	Lengde	7	Grop 1, Satssone, 3 forsøk
1315	G6-8	Lengde	10	Grop 1, Satssone, 3 forsøk
1345	G9	Lengde	3	Grop 1, Satssone, 3 forsøk
1200	J6-8	Liten ball	7	150g, 3 forsøk
1220	G6-8+G9	Liten ball	10+3	150g, 3 forsøk
1300	J9	Liten ball	5	150g, 3 forsøk

## LØP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1225	G15	100m	8	Ådne Opsanger Tveit løper med G16 i neste heat
1230	G15 (Ådne) + G16	100m	1+7	
1235	G17	100m	5	
1240	G18/19+MS	100m	4+1	
1245	J15	100m	8	
1250	J16	100m	5	
1255	J17+J18/J19+KS	100m	2+2+1	
1305	G10	60m	6	
1310	G11	60m	4	
1315	G12	60m	7	
1320	G13+G14	60m	3+5	
1330	J14	60m	8	
1335	J13	60m	6	
1340	J12	60m	6	
1345	J11	60m	7	Heat 1
1350	J11 (2 stk) +J10	60m	2+3	Heat 2
1400	G15++ Superfinale A	100m	8	1-8 beste tidene fra innledende løp
1405	G15++ Superfinale B	100m	8	9-16 beste tidene fra innledende løp
1410	J15++ Superfinale A	100m	8	1-8 beste tidene fra innledende løp
1415	J15++ Superfinale B	100m	8	9-16 beste tidene fra innledende løp
1430	G14+G15+G16+G18/19+MS	800m	2+2+1+2+1	
1440	J14+J15	800m	1+3	
1450	G12+J12	600m	2+6	
1455	J13	600m	7	
1505	G16	300m h	3	Bane 5,6,7: G16: 84,0 35m
1515	J15	300m h	1	Bane 8: J15: 76,2 35m
1530	J 10-14 evt. mix	4 x 60m		Donaldstafett, påmelding senest 1 time før start til stevnekontor
1535	G 10-14 evt. mix	4 x 60m		Donaldstafett, påmelding senest 1 time før start til stevnekontor

## KAST

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1330	G10+G11+G12	Liten ball	4+4+6	150g, 4 forsøk
1415	J10+J11+J12	Liten ball	3+7+2	150g, 4 forsøk
1300	J13+J14	Kule	2+3	J13: 2kg 3 forsøk, J14: 3 kg. 4 forsøk
1400	J14+J15	Spyd	3+2	J14: 400g 4 forsøk, J15: 500g 6 forsøk
1430	Gutter alle klasser	Spyd	2+1+2+1	G13: 400g, G14+15: 600g, G16: 700g, 4 forsøk for 13/14 resten 6

## HOPP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1200	J11	Lengde	8	Grop 2, Satssone, 4 forsøk
1240	G11	Lengde	5	Grop 2, Satssone, 4 forsøk
1310	J12	Lengde	5	Grop 2, Satssone, 4 forsøk
1340	G12	Lengde	6	Grop 2, Satssone, 4 forsøk
1400	G13	Lengde	2	Grop 1, Satssone, 4 forsøk
1415	G14	Lengde	3	Grop 2, 4 forsøk
1200	J13+J14	Høyde	2+3	
1300	J15+G15+G16	Høyde	2+2+1	

GENERALSPONSOR:

Haugesund  
Sparebank