



TIDSSKJEMA GASSCO-lekene
Lørdag 22. august 2026



LØP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar		
12:00	MS	400m hk	1	91,4cm, 45m, 35m	1	
12:05	J15/J16/G16	300m hk	4+1+1	J15/J16: 76,2cm, 50m, 35m G16: 84cm, 50m, 35m	6	7
12:15	G18-19/MS	100m	1+5		6	
12:20	G16/G17	100m	3+2		5	
12:25	J15/J16/J17	100m	3+3+1		7	
12:30	J13/J14	100m	2+4		6	
12:35	J12	100m	4		4	
12:40	G14	100M	4		4	
12:45	G12/G13	100m	2+3		5	37
13:00	J10/J11/J12	600M	1+2+1		4	
13:06	G10/G11	600m	4+6		10	10
13:15	SUPERFINALE HERRER	100m	8	15 ÅR OG ELDRE		
13:20	SUPERFINALE DAMER	100m	8	15 ÅR OG ELDRE		
13:30	J14/J15/G14	400m	1+1+5		7	
13:35	G15/G16/G17/MS	400m	1+1+1+3		6	13
13:45	J13/J14/G13/G14	800m	3+3+2+2		10	
13:55	J17/G16/G18-19/MS	800m	2+1+2+3		8	18
14:10	G15-MS	4X100M ST.				

KAST

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar		
12:00	J10/J11/J12/J13/G11	Kule	3+2+2+3+4	2 kg. 4 forsøk	14	
12:30	G10	Kule	3	2 kg. 4 forsøk	3	
12:55	J14	Kule	2	3 kg. 6 forsøk	2	
12:55	G12/G13/G14	Kule	3+2+1	G12/G13: 3 kg. 4 forsøk G14: 4 kg. 6 forsøk	6	25
13:30	G13/G14	Spyd	3+1	G13: 400g. 4 forsøk G14: 600g. 6 forsøk	5	
13:30	J13/J14	Spyd	2+1	J13: 400g. 4 forsøk J14: 400g. 6 forsøk	3	
13:30	J15/J16/KS	Spyd	1+1+1	500g. 6 forsøk	3	11

HOPP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar		
12:00	J14/J15	Høyde	2+1		3	
13:00	J13	Høyde	1		1	4
12:00	G14	Lengde	3	6 forsøk GROP 1	3	
12:30	J11/J12/G11	Lengde	2+2+6	Satssone, 4 forsøk GROP 1	10	
13:10	G12/G13	Lengde	3+3	Satssone, 4 forsøk GROP 1	6	19
13:10	G11/G13	Tresteg	2+1	Satssone, 4 forsøk GROP 2	3	
13:25	J14/J15/J16/G16	Tresteg	1+2+1+1	6 forsøk GROP 2	5	8

152

GENERALSponsor:



**Haugesund
Sparebank**

Siste endring: 19.08.26 kl 17:10