



TIDSSKJEMA MAILEKENE 2026
Lørdag 23. mai



KAST

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar	
1400	G10+G11+G12	Liten ball	9 + 6 + 5	150g, 4 forsøk Kastmerke	20
1445	J10+J12	Liten ball	9 + 3	150g, 4 forsøk Kastmerke	12
1200	G13 + G14	Kule	5 + 2	G13: 3kg 4 forsøk, G14: 4kg, 4 forsøk	7
1240	J13 + J14	Kule	9 + 3	J13: 2kg 4 forsøk, J14: 3kg 4 forsøk,	12
1400	J13 + J14 + J16	Spyd	4 + 2	J13 + J14: 400g 4 forsøk	6
1445	J16+G15+G16+G17	Spyd	2 + 1 + 2 + 1	J16: 500g 6 forsøk, G15: 600g 6 forsøk, G16+G17: 700g, 6 forsøk	6
1530	G13 + G14	Spyd	6 + 5	G13: 400g 4 forsøk, G14: 600g 4 forsøk,	11

HOPP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar	
1330	J 12	Lengde	5	Grop 2, Satssone, 4 forsøk	5
1345	G13	Lengde	8	Grop 1, Satssone, 4 forsøk	8
1410	J11	Lengde	3	Grop 2, Satssone, 4 forsøk	3
1430	G11	Lengde	7	Grop 2, Satssone, 4 forsøk	7
1500	G12	Lengde	9	Grop 1, Satssone, 4 forsøk	9
1500	G14	Lengde	9	Grop 2, 4 forsøk	9
1545	ALLE	Tresteg	6	Grop 2, 6 forsøk	6
1200	J14 + J15 + J16	Høyde	2 + 1 + 1		4
1245	G15 + G16	Høyde	1 + 1		2
1330	J13	Høyde	8		8

405

GENERALSPONSOR:



Haugesund
Sparebank