



TIDSSKJEMA GASSCO-lekene  
Søndag 16. mai



#### LØP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1000	J11 h1	60mh	11	68,0 (6h 11,00-6,50) Bane 1 til 6
1005	J11 h1	60mh		
1010	G11	60mh	3	68,0 (6h 11,00-6,50) Bane 1 til 3
1015	J12	60mh	2	76,2 (6h 11,00-7,00) Bane 1 til 3
1015	J14	60mh	1	76,2 (6h 11,50-7,50) Bane 4 til 7
1025	J15	80mh	1	76,2 (8h 12,00-8,00) Bane 1 og 2
1025	G14	80mh	1	84,0 (8h 12,00-8,00) Bane 3 og 4
1035	G15/G16	100mh	1	84,0 (10h 13,00-8,50) bane 1 til 4
1045	J16	100mh	1+1	76,2 (10H 13,00-8,50) bane 4 til 8
1100	J12/J13	200m	2+4	
1105	J14	200m	3	
1110	J15	200m	4	
1115	J16	200m	5	
1120	J17/J18/J19	200m	2+4	
1125	G12/G13	200m	3+1	
1130	G14	200m	4	
1135	G15	200m	5	
1140	G16	200m	5	
1145	G17/G18/G19	200m	1+1	
1200	J11	600m	11	
1210	G11	600m	2	
1220	J12/J13/J14	1500m	3+1+3	
1230	G12/G13/G14/G15	1500m	4+3+1+1	
1240	J15/J16/J17/J18/19/	1500m	1+1+2	
1300	Alle klasse	1000mS		1000m stafett, påmelding 1 time før start til stevnekontor

#### KAST

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1000	J16/J17/J18/19	Kule	4+4+1	J15+16+17: 3kg, J18+19: 4kg, 3+3f
1040	G12/G15/G16	Kule	2+1+1	G12: 3kg, G15: 4kg, G16: 5kg, 3+3f
1110	J11/G11	Kule	6+2	J11+G11 2kg, 4f
1200	G15/G17	Slegge	1+1	G15: 4kg, G17: 5kg, 3+3f
1220	J16/J17	Slegge	2+2	J16+17: 3kg, 3+3f

#### HOPP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1030	J12/G13	Høyde	1+1	
1000	J16/J18/19/G17	Lengde	3+3+1	3+3f 8 beste
1130	J13/J14/J15	Lengde	3+1+1	J13 satssone, 3+3f

GENERALSPONSOR:



Haugesund  
Sparebank