



LØP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar		
1200	G11	60mh	4	Bane 3,4,5,6: 68,0 6,5m.	4	
1205	J11	60mh	4	Bane 3,4,5,6: 68,0 6,5m.	4	
1210	J12	60mh	5	Bane 2,3,4,5,6: 68,0 7,0m	5	
1215	G12 + G13	60mh	2 + 3	Bane 2,3: G12: 76,2 7,0m Bane 4,5,6: G13: 76,2 7,5m	5	
1220	J13	60mh	5	Bane 2,3,4,5,6: 68,0 7,5m	5	
1225	J14	60mh	4	Bane 3,4,5,6: 76,2 7,5m	4	
1235	J 15 + G14	80mh	1 + 4	Bane 2,3,4,5: G14: 84,0 8,0m Bane 6: J15: 76,2 8,5m	5	32
1245	G12 HEAT 1	200m	6	Se egen heatoppstilling	12	
1250	G12 HEAT 2	200m	6	Se egen heatoppstilling	12	
1255	G13	200m	5	Se egen heatoppstilling	5	
1300	G14 HEAT 1	200m	6	Se egen heatoppstilling	12	
1305	G14 HEAT 2	200m	6	Se egen heatoppstilling	12	
1310	J12 HEAT 1	200m	5	Se egen heatoppstilling	10	
1315	J12 HEAT 2	200m	5	Se egen heatoppstilling	10	
1320	J13 HEAT 1	200m	6	Se egen heatoppstilling	12	
1325	J13 HEAT 2	200m	6	Se egen heatoppstilling	12	
1330	J14	200m	4	Se egen heatoppstilling	4	
1335	G15 + G16 + G17 + MS HEAT 1	200m	6	Se egen heatoppstilling	24	
1340	G15 + G16 + G17 HEAT 2	200m	6	Se egen heatoppstilling	24	
1345	G15 + G16 + G17 + G 18/19 + MS HEAT 3	200m	6	Se egen heatoppstilling	24	
1350	G16 + G17 + G 18/19 + MS HEAT 4	200m	6	Se egen heatoppstilling	24	
1355	J15 + J16 + J17 HEAT 1	200m	7	Se egen heatoppstilling	13	
1400	J15 + J16 + J17 + KS HEAT 2	200m	6	Se egen heatoppstilling	13	92
1420	G10+G11	600m	6 + 5	Se egen heatoppstilling	11	
1430	J10+J11	600m	6 + 3	Se egen heatoppstilling	9	20 ok
1435	J12 + J13 + G12 + G13 + G14	1500m	16	Se egen heatoppstilling	16	
1445	J15 + J16 + J17 + KS	1500m	4	Se egen heatoppstilling	14	
1445	G15 + G16 + G17 + G 18/19 + MS	1500m	10	Se egen heatoppstilling	14	30 ok
1500	Alle klasser	4X60M		4X60m stafett, påmelding senest 1 time før start til stevnekontor		
1510	Alle klasser	1000m stafett		1000m stafett, påmelding senest 1 time før start til stevnekontor		

KAST

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar		
1215	J11 + J12	Kule	1 + 7	J11, J12: 2kg 4 forsøk,	8	
1310	G11 + G12	Kule	5 + 5	G11: 2 kg 4 forsøk, G12: 3 kg 4 forsøk	10	
1400	J15 + J16 + G16 + MS	Kule	2 + 1 + 3 + 1	J15, J16: 3kg 6 forsøk, G16: 5kg 6 forsøk, MS: 7,26kg 6 forsøk	7	25 ok
1130	ALLE (J16 + G 14 + G 15 + G 16 + G 17 + MS)	Slegge	8	J16: 3kg 6 forsøk, G14, G15: 4kg 6 forsøk, G16, G17: 5kg 6 forsøk MS: 7,26kg 6 forsøk	0	ok

HOPP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar		
1230	J12	Høyde	3		3	
1310	G13 + G14	Høyde	4 + 4		8	
1410	G12	Høyde	8		8	19
1200	G16 + G17 + MS	Lengde	3 + 2 + 2	Grop 2. 6 forsøk	7	
1200	J13	Lengde	14	Grop 1. Satssone, 4 forsøk	14	
1300	J14	Lengde	8	Grop 1. 4 forsøk	8	
1315	J10	Lengde	10	Grop 2. Satssone, 4 forsøk	10	
1345	G10	Lengde	11	Grop 2. Satssone, 4 forsøk	11	
1345	J 15 + J16	Lengde	2 + 2	Grop 1. 6 forsøk	4	54 ok

GENERALSPPONSOR:



Haugesund
Sparebank

272