

NM JR. 2019 SIGDAL: TIDSSKJEMA LØRDAG 24. AUGUST

LØPSØVELSER

Tid	Øvelse	Div. oppl.	Klasse	Type	Antall	Opprop til	Innmarsj
LØPSØVELSER							
11.00	400mh	91,4 cm	MU20	Forsøk-heat 1	7	10.00	10.40
11.05	400mh	91,4 cm	MU20	Forsøk-heat 2			
11.20	400mh	76,2 cm	KU20	Forsøk-heat 1	8	10.20	11.00
11.25	400mh	76,2 cm	KU20	Forsøk-heat 2			
11.40	200m		MU20	Forsøk-heat 1	49	10.40	11.20
11.45	200m		MU20	Forsøk-heat 2	Heat 1-5: Felles innmarsj		
11.50	200m		MU20	Forsøk-heat 3			
11.55	200m		MU20	Forsøk-heat 4			
12.00	200m		MU20	Forsøk-heat 5			
12.05	200m		MU20	Forsøk-heat 6	Heat 6-9: Felles innmarsj		11.45
12.10	200m		MU20	Forsøk-heat 7			
12.15	200m		MU20	Forsøk-heat 8			
12.20	200m		MU20	Forsøk-heat 9			
12.25	200m		KU20	Forsøk-heat 1	52	11.25	12.05
12.30	200m		KU20	Forsøk-heat 2	Heat 1-5: Felles innmarsj		
12.35	200m		KU20	Forsøk-heat 3			
12.40	200m		KU20	Forsøk-heat 4			
12.45	200m		KU20	Forsøk-heat 5			
12.50	200m		KU20	Forsøk-heat 6	Heat 6-9: Felles innmarsj		12.25
12.55	200m		KU20	Forsøk-heat 7			
13.00	200m		KU20	Forsøk-heat 8			
13.05	200m		KU20	Forsøk-heat 9			
13.10	800m		MJ20	Forsøk-heat 1	32	12.10	12.55
13.15	800m		MJ20	Forsøk-heat 2			
13.20	800m		MJ20	Forsøk-heat 3			
13.25	800m		MJ20	Forsøk-heat 4			
13.35	800m		KU20	Forsøk-heat 1	28	12.35	13.20
13.40	800m		KU20	Forsøk-heat 2			
13.45	800m		KU20	Forsøk-heat 3			
13.50	800m		KU20	Forsøk-heat 4			
14.05	200m		MU20	Semifinale 1			13.45
14.10	200m		MU20	Semifinale 2			
14.15	200m		MU20	Semifinale 3			
14.20	200m		MU23	Semifinale 1	18	13.20	14.00
14.25	200m		MU23	Semifinale 2			
14.30	200m		MU23	Semifinale 3			
14.35	200m		KU20	Semifinale 1			14.15
14.40	200m		KU20	Semifinale 2			
14.45	200m		KU20	Semifinale 3			
14.50	200m		KU23	Semifinale 1	7	13.50	14.30
14.55	200m		KU23	Semifinale 2			
15.05	400mh	91,4 cm	MU20	Finale			14.45
15.10	400mh	91,4 cm	MU23	Finale	3	14.10	14.50
15.25	400mh	76,2 cm	KU20	Finale			15.05

15.30	400mh	76,2 cm	KU23	Finale	3	14.30	15.10
15.45	1500m		MU20	Finale			15.30
16.00	1500m		MU23	Finale	12	15.00	15.45
16.15	1500m		KU20	Finale			16.00
16.30	1500m		KU23	Finale	7	15.30	16.15
16.45	400m		MU20	Finale			16.25
16.55	400m		MU23	Finale			16.35
17.10	400m		KU20	Finale			16.50
17.15	400m		KU23	Finale	5	16.15	16.55

TEKNISKE ØVELSER

Tid	Øvelse	Div. oppl.	Klasse	Type	Antall	Opprop til	Innmarsj
11.00	Tresteg	Kv.krev: 11,25	KU20	Kvalifisering	20	10.00	10.30
11.00	Kule	Kv.krev: 13,00	MJ20	Kvalifisering	16	10.00	10.30
11.00	Spyd	Kv.krev: 58,00	MU20	Kvalifisering	17	10.00	10.30
13.00	Tresteg		MU20	Finale	11	12.00	12.30
13.00	Tresteg		MU23	Finale	1	12.00	12.30
13.00	Slegge	6 kg	MU20	Finale	7	12.00	12.30
13.00	Slegge	7,26 kg	MU23	Finale	2	12.00	12.30
14.30	Lengde		KU23	Finale	9	13.30	14.00
15.00	Stav		MU20	Finale	11	13.30	14.00
15.00	Stav		Mu23	Finale	0	13.30	14.00
15.00	Spyd	600g	KU20	Finale	9	14.00	14.30
15.00	Spyd	600g	KU23	Finale	3	14.00	14.30
16.00	Lengde		KU20	Finale			15.30