

NM JR. 2019 SIGDAL: TIDSSKJEMA SØNDAG 25. AUGUST

LØPSØVELSER							
Tid	Øvelse	Div. oppl.	Klasse	Type	Antall	Opprop til	Innmarsj
11.00	110mh	99,1/100 cm	MU20	Forsøk-heat 1	10	10.00	10.40
11.05	110mh	99,1/100 cm	MU20	Forsøk-heat 2			
11.20	100mh	84 cm	KU20	Forsøk-heat 1	8	10.20	11.00
11.25	100mh	84 cm	KU20	Forsøk-heat 2			
11.35	200m		MU20	Finale			11.15
11.40	200m		MU23	Finale			11.20
11.45	200m		KU20	Finale			11.25
11.50	200m		KU23	Finale			11.30
12.10	800m		MU20	Finale			11.55
12.20	800m		MU23	Finale	9	11.20	12.05
12.30	800m		KU20	Finale			12.15
12.40	800m		KU23	Finale	5	11.40	12.25
13.00	3000m		KU20	Finale	14	12.00	12.45
13.00	3000m		KU23	Finale	5	12.00	12.45
13.20	5000m		MU20	Finale	29	12.20	13.05
13.45	5000m		MU23	Finale	15	12.45	13.30
14.15	110mh	99,1/100 cm	MU20	Finale			13.55
14.20	110mh	106,7 cm	MU23	Finale	3	13.20	14.00
14.35	100mh	84 cm	KU20	Finale			14.15
14.40	100mh	84 cm	KU23	Finale	4	13.40	14.20
15.00	1000m stafett		MU20	Finale	5	14.00	14.30
15.10	1000m stafett		MU23	Finale	4	14.10	14.40
15.20	1000m stafett		KU20	heat 1	9	14.20	14.50
15.30	1000m stafett		KU20	heat 2			15.00
15.40	1000m stafett		KU23	Finale	6	14.30	15.10

TEKNISKE ØVELSER

Tid	Øvelse	Div. oppl.	Klasse	Type	Antall	Opprop til	Innmarsj
11.00	Høyde		MU23	Finale	1	10.00	10.30
11.00	Høyde		MU20	Finale	8	10.00	10.30
11.00	Tresteg		KU23	Finale	6	10.00	10.30
11.00	Kule	7,26 kg	MU23	Finale	5	10.00	10.30
11.00	Diskos	1 kg	KU23	Finale	5	10.00	10.30
12.15	Diskos	1 kg	KU20	Finale	9	11.15	11.45
12.30	Tresteg		KU20	Finale			12.00
13.00	Kule	6 kg	MU20	Finale			12.30
13.45	Spyd	800g	MU23	Finale	6	12.45	13.15
14.45	Spyd	800g	MU20	Finale			14.15