Vejledenne tidsskema – søndag d. 21.8.2022

Kl	Løb	Længde A	Længde B	Højde	Stang	Diskos Kugle bold	Spyd, Vægt	Kl
09.30	60m Dr 10-11							09.30
10.00	200m P17	D15		P13	P15+P17	Bold dr. 10-11		10.00
10.10	200m P19+22							10.10
10.20	200m D17						SP D12+ D13	10.20
10.30	200m D19+D22							10.30
10.35	200m P15							10.35
10.50	200m D15							10.50
11.00			Dr. 10-11			DI P17+ P19		11.00
11.05				P12		KU P15		11.05
11.20	80 m I D12	P17						11.20
11.30	80 m I D13				P19+22			11.30
11.40	80 m I P12							11:40
11.45						DI D15		11.45
11.50	80 m I P13							11.50
12.05	800 m D15					KU D12 + D13		12.05
12.10	800m D17+D19+D22	P19+P22						12.10
12.15	800m P15							12.15
12.20	800m P17+19+22							12:20
12.30	80m F D12				D15			12.30
12.35	80m F D13					DI D17+ D19		12.35
12.40	80m F P12							12:40
12.45	80m F P13			D12+ D13				12:45
12.50	1000m/3000m gang Alle	P15						12.50
13.05	3.000m P15+P17							13:05
13.25	3.000m D15					KU P12		13.25
13.40	5.000m P19+22					DI P15		13.40
14.05	5000m *D17*+ D19+D22			D15			SP P12+P13	14.05
14.20		D17+D19 +D22						14.20
14.35							VÆ D17+ D19 D22	14.35
15:00	1000m P12+13							15:00
15:10	1.000m D12							15:10
15:20	1.000m D13						VÆ P15+ P19	15:20
15:40	300H P15			D17+ D19 +D22				15:40
15:45	300H D15							15:45
16:00	400m H D17+19+22					KU P13		16:00
16:15	4 x 80m P12+P13							16:15
16:25	4 x 80m D12+D13							16:25
16.40	1.000m stafet P15+P17							16.40
16.50	1.000m stafet D15+D17							16.50