

LØP

Kl.	Øvelse	Klasse	Deltakere	Avkryssning	Innmarsj
10:05	800 m finale	J17	14	9:05	9:45
10:15	800 m finale	G17	24	9:15	9:55
10:30	800 m finale	G18/19	28	9:30	10:10
10:45	800 m finale	J18/19	17	9:45	10:25
11:15	200m finale	G16	8	-	10:55
11:20	200m finale	J15	8	-	11:00
11:25	200m finale	G15	8	-	11:05
11:30	200m finale	J16	8	-	11:10
11:35	200m finale	G17	8	-	11:15
11:40	200m finale	J17	8	-	11:20
11:45	200m finale	G18/19	8	-	11:25
11:50	200m finale	J18/19	8	-	11:30
12:05	3000m finale	G16	11	11:05	11:45
12:20	3000m finale	J16	15	11:20	12:00
12:45	2000m finale	G15	27	11:45	12:25
13:05	2000m finale	J15	10	12:05	12:45
13:40	1000m stafett	G15-16	12	12:40	13:20
13:55	1000m stafett	J17-19	16	12:55	13:35
14:10	1000m stafett	G17-19	14	13:10	13:50
14:25	1000m stafett	J15-16	10	13:25	14:05

Avkryssningsfrist 60 min før øvelsesstart

Innmars 20 min før øvelsesstart løp

HOPP

Kl.	Øvelse	Klasse	Deltakere	Avkrysning	Innmarsj
10:05	Lengde forsøk A	J16	16	9:05	9:35
10:30	Stav finale	G17 + J17	4+3	9:30	9:45
11:00	Høyde	J18/19	9	10:00	10:30
11:30	Lengde finale A	G16	14	10:30	11:00
12:30	Høyde	G18/19	8	11:30	12:00
12:45	Lengde finale A	J16	12	-	12:15

(A): Gropen på indre bane

KAST

Kl.	Øvelse	Klasse	Deltakere	Avkrysning	Innmarsj
10:30	Kule	G15	8	9:30	10:00
10:30	Diskos	J18/19	6	9:30	10:00
11:30	Diskos	G18/19	6	10:30	11:00
11:45	Kule	J15	12	10:45	11:15

Avkrysningsfrist 60 min før øvelsesstart

Innmars 30 min før øvelsesstart I hopp og kast. Unntaket er stav med innmarsj 45min før.