Lördag/Saturday

	klass	gren			Höjd/ High jump	längd/Long jump grop 1	längd/Long jump grop 2	Spjut/Javelin	Kula/Short put	
09:30	F13	60m	fi	5		F15(11)	P15(6)	F15(5)		09:30
09:35	F12	60m	fi	7			P17(3)	F17(6)		09:35
09:40	F11+F10	60m	fi	5+1			P19(2)			09:40
09:45							M(5)			09:45
09:50										09:50
09:55	P10	60m	fi	5						09:55
10:00	P11	60m	fi	8	Kraftmätningen				Kraftmätningen	10:00
10:05	P12	60m	fi	3	P (18)				F (41)	10:05
10:10	P13	60m	fi	6						10:10
10:15										10:15
10:20										10:20
10:25										10:25
10:30										10:30
10:35										10:35
10:40										10:40
10:45								F19(4)		10:45
10:50	F15	80m	fö	17				K(1)		10:50
10:55								K40(1)		10:55
11:00	P15	80m	fi	5		F10(1)	P10(5)			11:00
11:05						F11(3)	P11(7)			11:05
11:10						F12(9)	P12(2)		F15(4)	11:10
11:15	Kraftmätningen 80mh F (30)					F13(3)	P13(4)		F17(6)	11:15
11:20									F19(1)	11:20
11:25									K(3)	11:25
11:30	Kraftmätningen 80mh P (18)								K40(1)	11:30
11:35										11:35
11:40										11:40
11:45										11:45
11:50	F17	100m	fö	12				Kraftmätningen		11:50
11:55	K	100m	fö	11				P (21)		11:55
12:00	P17	100m	fö	12						12:00
12:05	M	100m	fö	12	Kraftmätningen					12:05
12:10					F (35)					12:10
12:15	F19	100m	fi	2						12:15
12:20	P19	100m	fi	4						12:20
12:25	K40	100m	fi	2						12:25
12:30	M40+M50+M70	100m	fi	1+1+2						12:30
12:35										12:35
12:40										12:40
12:45										12:45
12:50	F15	80m	fi	8						12:50
12:55										12:55
13:00								F12(2)	P15(4)	13:00
13:05								F13(4)	P19(1)	13:05
13:10								P12(4)	M50(1)	13:10
13:15	Kraftmätningen 6x200m							P13(4)		13:15
13:20										13:20
13:25	F17	100m	fi	8						13:25
13:30	K	100m	fi	8						13:30
13:35	P17	100m	fi	8						13:35
13:40	M	100m	fi	8						13:40
13:45	F19 (extra heat)	100m	ex	8		Kraftmätningen	Kraftmätningen			13:45
13:50	P19 (extra heat)	100m	ex	8		F (39)	P (25)			13:50
13:55										13:55
14:00					F15(8)					14:00
14:05	F10+F11	600m	fi	2+4	F17(5)					14:05
14:10	F12+F13	600m	fi	5+2	F19(1)					14:10
14:15					K(2)			P15(6)		14:15
14:20	P10+P11	600m	fi	4+3				P17(1)		14:20
14:25	P12+P13	600m	fi	2+2				P19(3)		14:25
14:30										14:30
14:35										14:35
14:40	F15	800m	fi	8						14:40
14:45	F17	800m	fi	4						14:45
14:50										14:50
14:55	P15	800m	fi	4						14:55
15:00	P17+P19+M	800m	fi	3+1+1						15:00
15:05										15:05
15:10	Kraftmätningen 800m									15:10
15:15	F (35)									15:15
15:20										15:20
15:25	Kraftmätningen 800m									15:25
15:30	P (15)							Kraftmätningen		15:30
15:35					P15(2)	F17(16)	F19(3)	F (42)		15:35
15:40					P17(1)		K(4)			15:40
15:45	P17+P19	400mh	fi	1+2	P19(2)					15:45
15:50	M	400mh	fi	6	M60(2)					15:50
15:55									Kraftmätningen	15:55
16:00	K	400mh	fi	4					P (19)	16:00
16:05										16:05
16:10	F17	300mh	fi	5						16:10
16:15										16:15
16:20	P17	300mh	fi	5						16:20
16:25										16:25
16:30										16:30
16:35										16:35
16:40										16:40
16:45										16:45
16:50										16:50
16:55										16:55
17:00										17:00