



SparebankenVest



NORNØLEKENE

friidrett også vinterstid

SØNDAG 22.01.2023

TIDSTABELL

60 METER

			Heat	Utøvere	Opprop
10:00	ÅPNING				
10:05	60 M	J-8 - REKRUTT	1 HEAT	9	09:20
10:10	60 M	J-9 - REKRUTT	2 HEAT	13	09:25
10:25	60 M	G-8 - REKRUTT	2 HEAT	12	09:40
10:35	60 M	G-9 - REKRUTT	4 HEAT	27	09:50
10:55	60 M	G-10	3 HEAT	18	10:10
11:05	60 M	G-11	1 HEAT	8	10:20
11:15	60 M	G-12	1 HEAT	6	10:30
11:30	60 M	G-13	1 HEAT	8	10:45
11:35	60 M	G-14	1 HEAT	5	10:50
11:40	60 M	G-15	1 HEAT	6	10:55
11:45	60 M	G-16	1 HEAT	8	11:00
11:50	60 mM	G-17	1 HEAT	5	11:05
12:00	60 M	G-18/19+MS	2 HEAT	3+7	11:15
12:15	60 M	J-17+18/19+KS	3 HEAT	11+5+4	11:30
12:30	60 M	J-15+16	3 HEAT	10+10	11:45
12:45	60 M	J-10	1 HEAT	8	12:00
12:55	60 M	J-11	2 HEAT	14	12:10
13:05	60 M	J-12	1 HEAT	7	12:20
13:15	60 M	J-13	1 HEAT	9	12:30
13:25	60 M	J-14	1 HEAT	8	12:40
13:35	60 M	MENN SUPERFINALE - B	1 HEAT	8	12:50
13:40	60 M	MENN SUPERFINALE - A	1 HEAT	8	12:55
13:45	60 M	KVINNER SUPERFINALE - B	1 HEAT	8	13:00
13:50	60 M	KVINNER SUPERFINALE - A	1 HEAT	8	13:05

400 METER

			Heat	Utøvere	Opprop
14:10	400 M	G-14	2 HEAT	5	13:25
14:20	400 M	G-15+16+17+18/19	2 HEAT	1+3+3+1	13:35
14:35	400 M	J-14	2 HEAT	6	13:50
14:45	400 M	J-15+16+17+KS	2 HEAT	1+1+3+1	14:00
15:00	400 M	MS	2 HEAT	5	14:15

3000 METER

			Heat	Utøvere	Opprop
15:10	3000 M	J-16+KS	1 HEAT	1+1	14:25
15:25	3000 M	G-16+17+18/19+MS	1 HEAT	2+2+1+6	14:40

LENGDE - GROP 1

			SATSSONE	Utøvere
10:00	LENGDE	G-13		5
10:50	LENGDE	J-15+16+17+18/19+KS		1+2+1+2+3
12:20	LENGDE	G-15-16+17		6+3+3
13:45	LENGDE	G-14		5
14:30	LENGDE	G-18/19+MS		2+3

LENGDE - GROP 2

			SATSSONE	Utøvere
10:00	LENGDE	J-11		15
11:00	LENGDE	J-12		7
11:35	LENGDE	J-13		6
12:30	LENGDE	G-11		11
13:20	LENGDE	G-12		5
14:00	LENGDE	J-14		6



SparebankenVest



NORNØLEKENE

friidrett også vinterstid

LENGDE - GROP 3

				Utøvere
10:00	LENGDE	J-10	SATSSONE	7
10:40	LENGDE	J-8 - REKRUTT	SATSSONE	9
11:20	LENGDE	J-9 - REKRUTT	SATSSONE	12
12:10	LENGDE	G-8 - REKRUTT	SATSSONE	12
13:00	LENGDE	G-9 - REKRUTT	SATSSONE	27
14:20	LENGDE	G-10	SATSSONE	11

STAV - MENN OG KVINNER

SENIOR

15:30	STAV	MENN OG KVINNER
-------	------	-----------------

KULE

			Utøvere
10:00	KULE	G-11	11
10:45	KULE	J-10	5
11:10	KULE	J-11	9
11:50	KULE	J-8 - REKRUTT	7
12:20	KULE	J-9 - REKRUTT	9
13::00	KULE	G-8 - REKRUTT	10
13:40	KULE	G-9 - REKRUTT	23
14:40	KULE	G-12+j-12	4+6
15:15	KULE	G-10	5

AVKRYSSNING I LØP SENEST 45 MINUTTER FØR ØVELSESSTART

I TEKNISKE ØVELSER SKJER OPPROP PÅ ØVELSESSTEDET.

I LENGDE OG KULE BLIR DET KUN 3 OMGANGER FRA 12 ÅR OG YNGRE

