

## Tidsskjema Opent KM innendørs 2024 - Søndag

	Løp	Høgde	Kule	Lengde 1	Lengde 2
	60 m hk	Høgde u/t		Lengde u/t	Lengde u/t
11.00	J11		G14/15/16/18/19/MS	J14/J15	J16/17/18/19/KS
11.05	G11				
11.15	G12/J12	J11/J12			
11.25	G13			Lengde m/t	
11.30	J13			G11	
11.35	J14				
11.40					G14
11.45	60 m				
11.50	G15				
11.55	G16	J13			
12.00	G17/G18/G19/MS		J14	Lengde m/t	Lengde m/t
12.10	J15/J16			J11	J12
12.15	J18/J19/KS	Høgde			
12.20	200 m	G14/15/16/17/18/19/MS			
12.30	G10				
12.35	G11				
12.40			J15/16/17/18/19/KS		
12.45	G12				
12.50	G13				
12.55	G14			Lengde u/t	
13.00	J10	Høgde 1		G15/17/18/19/MS	G10
13.10	J14	J15/J16			
13.15	J13				
13.20	J12				G12/G13
13.25	J11			Lengde m/t	
13.30	400 m			J10	
13.40	J15/J16/J18/J19	J14			
		Høgde 2			
13.50	G15/G16/G17	J17/J18-19			
14.00				J13	
14.05	600 m				
14.10	G11/G13				
14.15	J11				
14.20	J12/J13/J14				
	1500 m				
14.30	J15/J16/KS/G17				

### Antall forsøk lengde og kule:

I lengde og kule får alle 3 forsøk. Deretter får dei 8 beste 3 finale omgangar.

I 10 års klassa vert det 4 forsøk på alle deltakarane.

### Opprop/avkryssing

Det blir avkryssing på avkryssingslister i alle løpsøvingane. Frist 1 time før øvinga startar.

I tekniske øvingar vert det opprop ved øvingstart ca. 10 min. før øvinga startar.

### Pigger

I Ulsteinhallen er det kun tillatt med butte pigger. Maks pigglengde 6 mm (7 mm i høgde)

Pigger kan du kjøpe på stemnekontoret. Pris kr. 5,- pr stk.