

Tidsskjema Opent KM for Møre og Romsdal 2024 - laurdag



	Løp	Høgde 1	Kule	Lengde 1	Lengde 2	Stav+Høgde 2
	60 M hk	Høgde u/t				
13.00	G15+G18/19	J14+J15+J16	G10+G11	G14+G15		G15+J13+J14
13.05	J15+J16+J17+KS					
	60 m forsøk					
13.15	J11					
13.20						
13.25	J12					
13.30	60 m finale		J10		G16+G17+G18/19	
13.35	G13	Høgde m/t				
13.40	G12+G-Para	J11+J12				J16
13.45	G11					
13.50	G10			J17+J18/19+KS		
13.55	J13					
14.00	J14					
14.05	G14					
14.10			J13			
14.20					J14	
14.30	J10	G11+G12+G13		J15+J16		Høgde 2
14.35	J11					Høgde u/t
14.40	J12		G12+G-para			MS+J17+
14.40						J18/19+KS
15.00	200 m					
15.05	G15					
15.10		J10+G10				
15.15	G16			Lengde u/t	Lengde u/t	
15.20	G17		J11	G11+G12+G13+G-para	J12+J13	
15.25	G18/18+MS					
15.35	J15+J16					
15.40	J18/19					
15.45	KS					
	800 m					
16.00	J14+J15	J13	J12	J11		
16.10	J16+J17+KS					
	Kappgang					
16.20	J13+J14 (1000 m)					
16.20	J18/19 (1500 m)					

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 i alle løpsøvingar ein time før øvinga startar. I dei tekniske øvingane blir det ikkje avkryssing. Her blir det opprop rett før øvinga startar

Forsøk og finaler

På 60 m vert det forsøk og finaler dersom det er meir enn 8 deltakarar.

Dersom forsøket går ut vil finalen gå på tidspunktet då **forsøket** er sett opp.

Det ser ut som at dette kun vil gjelde for klassa jenter 12 år.

I dei andre løpsøvingane vert det ikkje forsøk og finaler - her blir tid avgjørande

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.

Det er ikkje tillatt med piggsko i garderobene eller på tribuna.