

ÅPNINGSSTEVNET - 2023
TIDSSKJEMA



LØRDAG - 03.06.2023

Friidrett

Tid	ØVELSER 1000m								Tid
	60mHk	40m	200m	800m	kappgang	Spyd	Kule	Høyde	
14:00	G12					Rekrutt			14:00
14:10	G12-13								14:10
14:20	J10								14:20
14:30	J11-12						G10-14	J10-14	14:30
14:40									14:40
14:50		Rekrutt							14:50
15:00	Premiutdeling					G/J15-19			15:00
15:10			J13-16						15:10
15:20			G/J18-19						15:20
15:30				G/J14			J12-14	G10-14	15:30
16:00					G/J11-14				16:00
16:15	Premiutdeling								16:15
16:20									16:20
16:30	Avslutning 1.dag								16:30

SØNDAG - 05.06.2023

Tid	ØVELSER								Tid
	60m	100m	600m	3000 m	Lengde	Kule	Spyd		
10:00	G12					Rekrutt	G/J15-19		10:00
10:05	G12-13								10:05
10:10	J10								10:10
10:15	J11								10:15
10:20	J12-14								10:20
10:30			G/J15-19/KS					G10-14	10:30
10:40						J10-14			10:40
10:50		Rekrutt							10:50
11:00	Premiutdeling								11:00
11:20			J10-14						11:20
11:30			G10-14		G10-14		J10-14		11:30
11:50									11:50
12:00	Premiutdeling								12:00
12:20						G/J15-19			12:20
12:30					Alle				12:30
13:00	Utdeling av bestemannspremier og resten av medaljene								13:00
13:15	Avslutning og hjemreise								13:15