

GNEIST SPELEN

19.-20. august 2023



Tidsskjema lørdag 19. august 2023

Øvelse	Dag	Start	Avkryssing
G8 60 meter	Lørdag	10:00	
G7 60 meter	Lørdag	10:00	
G9 60 meter	Lørdag	10:05	
G10 60 meter	Lørdag	10:15	
J10 60 meter	Lørdag	10:30	
FV 60 meter	Lørdag	10:45	
J7 60 meter	Lørdag	11:15	
J8 60 meter	Lørdag	11:20	
J9 60 meter	Lørdag	11:30	
G11 60 meter	Lørdag	11:35	10:50
G12 60 meter	Lørdag	12:10	11:25
G13 60 meter	Lørdag	12:15	11:30
G14 60 meter	Lørdag	12:20	11:35
J11 60 meter	Lørdag	12:30	11:45
J12 60 meter	Lørdag	12:40	11:55
J13 60 meter	Lørdag	12:45	12:00
J14 60 meter	Lørdag	12:50	12:05
G15 100 meter	Lørdag	13:15	12:30
G16 100 meter	Lørdag	13:25	12:40
G17 100 meter	Lørdag	13:25	12:40
MS 100 meter	Lørdag	13:35	12:50
J15 100 meter	Lørdag	13:50	13:05
J16 100 meter	Lørdag	13:50	13:05
J17 100 meter	Lørdag	13:55	13:10
KS 100 meter	Lørdag	14:00	13:15
G11 600 meter	Lørdag	14:30	13:45
G12 600 meter	Lørdag	14:30	13:45
J11 600 meter	Lørdag	14:45	14:00
J12 600 meter	Lørdag	14:45	14:00
MS 3000 meter	Lørdag	15:00	14:15
G14 2000 meter	Lørdag	15:30	14:45
G15 2000 meter	Lørdag	15:30	14:45
G16 2000 meter	Lørdag	15:30	14:45
G17 2000 meter	Lørdag	15:30	14:45
J14 2000 meter	Lørdag	15:30	14:45
KS 400 meter	Lørdag	16:00	15:15
MS 400 meter	Lørdag	16:15	15:30

Øvelse	Dag	Start
J8 Lengde satssone	Lørdag	10:00
J9 Lengde satssone	Lørdag	10:00
J7 Lengde satssone	Lørdag	10:00
FV liten ball	Lørdag	10:00
G10 Liten ball	Lørdag	10:45
G8 Liten ball	Lørdag	10:45
G9 Liten ball	Lørdag	10:45
G7 Liten ball	Lørdag	10:45
G10 Lengde satssone	Lørdag	11:00
J14 Stav	Lørdag	10:00
J15 Stav	Lørdag	10:00
G11 Stav	Lørdag	10:00
MS Høyde	Lørdag	11:00
G12 Stav	Lørdag	10:00
G13 Stav	Lørdag	10:00
G15 Stav	Lørdag	10:00
G16 Høyde	Lørdag	11:00
G17 Høyde	Lørdag	11:00
J10 Lengde satssone	Lørdag	11:00
J11 Stav	Lørdag	10:00
J12 Stav	Lørdag	10:00
J13 Stav	Lørdag	10:00
FV lengde satssone	Lørdag	11:30
G11 Høyde	Lørdag	12:00
J8 Liten ball	Lørdag	12:00
J9 Liten ball	Lørdag	12:00
J7 Liten ball	Lørdag	12:00
G8 Lengde satssone	Lørdag	12:00
G9 Lengde satssone	Lørdag	12:00
G7 Lengde satssone	Lørdag	12:00
J14 Spyd 400g	Lørdag	13:00
G12 Høyde	Lørdag	13:00
G13 Høyde	Lørdag	13:00
J11 Høyde	Lørdag	13:00
J12 Spyd 400g	Lørdag	13:00
J13 Spyd 400g	Lørdag	13:00
J16 Stav	Lørdag	12:00
KS Stav	Lørdag	12:00
MS Stav	Lørdag	12:00
G17 Stav	Lørdag	12:00
J15 Høyde	Lørdag	14:00
G11 Spyd 400g	Lørdag	14:00
MS Tresteg	Lørdag	14:00
G12 Spyd 400g	Lørdag	14:00
G13 Spyd 400g	Lørdag	14:00
J11 Spyd 400g	Lørdag	14:00
J12 Høyde	Lørdag	14:00
J13 Høyde	Lørdag	14:00
J14 Høyde	Lørdag	14:00
KS Tresteg	Lørdag	15:15
J15 Spyd 500g	Lørdag	15:30
KS Spyd 600g	Lørdag	15:30
MS Spyd 800g	Lørdag	15:30

Tidsskjema søndag 20. august 2023

Øvelse	Dag	Start	Avkryssing
G10 60 meter hekk	Søndag	10:00	
G11 60 meter hekk	Søndag	10:00	09:15
J10 60 meter hekk	Søndag	10:05	
J11 60 meter hekk	Søndag	10:05	09:20
J12 60 meter hekk	Søndag	10:20	09:35
G12 60 meter hekk	Søndag	10:25	09:40
J13 60 meter hekk	Søndag	10:35	09:50
G13 60 meter hekk	Søndag	10:45	10:00
J14 60 meter hekk	Søndag	10:55	10:10
J15 80 meter hekk	Søndag	11:00	10:15
J17 100 meter hekk	Søndag	11:15	10:30
KS 100 meter hekk	Søndag	11:15	10:30
G15 100 meter hekk	Søndag	11:25	10:40
G16 100 meter hekk	Søndag	11:25	10:40
MS 110 meter hekk	Søndag	11:50	11:05
G17 110 meter hekk	Søndag	11:50	11:05
G18-19 110 meter hekk	Søndag	11:50	11:05
J7-8-9 300 meter hinder	Søndag	12:00	
G7-8-9 300 meter hinder	Søndag	12:05	
J10 800 meter hinder	Søndag	12:15	
J11 800 meter hinder	Søndag	12:15	11:30
J12 800 meter hinder	Søndag	12:15	11:30
J13 800 meter hinder	Søndag	12:15	11:30
G10 800 meter hinder	Søndag	12:25	
G11 800 meter hinder	Søndag	12:25	11:40
G12 800 meter hinder	Søndag	12:25	11:40
G13 800 meter hinder	Søndag	12:25	11:40
G14 1500 meter hinder	Søndag	12:40	11:55
G15 1500 meter hinder	Søndag	12:40	11:55
G16 1500 meter hinder	Søndag	12:40	11:55
KS 2000 meter hinder	Søndag	12:50	12:05
MS 3000 meter hinder	Søndag	13:10	12:25
J17 200 meter	Søndag	13:25	12:40
KS 200 meter	Søndag	13:25	12:40
MS 200 meter	Søndag	13:35	12:50
G15 200 meter	Søndag	13:40	12:55
G16 200 meter	Søndag	13:45	13:00
G17 200 meter	Søndag	13:45	13:00
G11 200 meter	Søndag	13:50	13:05
G12 200 meter	Søndag	13:55	13:10
G13 200 meter	Søndag	14:00	13:15
G14 200 meter	Søndag	14:05	13:20
J11 200 meter	Søndag	14:10	13:25
J12 200 meter	Søndag	14:15	13:30
J13 200 meter	Søndag	14:20	13:35
J15 200 meter	Søndag	14:25	13:40
J14 200 meter	Søndag	14:25	13:40
KS 800 meter	Søndag	14:45	14:00
MS 800 meter	Søndag	14:55	14:10

Øvelse	Dag	Start
KS Kule 4kg	Søndag	10:00
MS Kule 7,26kg	Søndag	10:00
G11 Lengde satssone	Søndag	10:30
J11 Kule 2kg	Søndag	10:30
G12 Lengde satssone	Søndag	10:50
J14 Kule 3kg	Søndag	11:00
J12 Kule 2kg	Søndag	11:00
J13 Kule 2kg	Søndag	11:00
G13 Lengde satssone	Søndag	11:20
KS Lengde Grop 2	Søndag	12:00
MS Lengde	Søndag	12:00
J11 Lengde satssone Grop 2	Søndag	12:50
J12 Lengde satssone	Søndag	12:50
J14 Lengde	Søndag	13:20
J15 Lengde	Søndag	13:20
J16 Lengde	Søndag	13:20
J17 Lengde	Søndag	13:20
J13 Lengde satssone Grop 2	Søndag	13:35
G11 Kule 2kg	Søndag	14:15
J15 Kule 3kg	Søndag	14:15
G12 Kule 3kg	Søndag	14:15
G13 Kule 3kg	Søndag	14:15
G14 Kule 4kg	Søndag	14:15
G15 Lengde	Søndag	14:20
G16 Lengde	Søndag	14:20
G17 Lengde	Søndag	14:20