

Tidsprogram Adventsspelen 2017

18-19 nov, Friidrottens Hus

171114pc

lördag	löpning	Grop 1	Grop 3	Grop 4	Höjd 1	Höjd 2	Stav	Kula
11.00	60m P08 FI (3)	F06 längd/ pool 1	F06 längd/pool 2	F05 3steg	F04			F07
11.15	60m P07 FI (4)							
11.30	60m P06 FI (3)							
11.45	60m P05 fö (3)						Alla P	
12.00	60m P04 fö (3)							
12.15	60m F05 fö (5)	F08 längd/pool 1	F08 längd/ pool 2					
12.35	60m F04 fö (4)							P04
12.50	60m F03 fö (3)			P06 3steg	P07			
13.00	60m F01-02 fö (2)							
13.10	60m P05 FI							P08
13.15	60m P04 FI					F01-02		
13.20	60m F05 A+B FI		F07 längd					
13.30	60m F04 A+B FI	P05 längd						
13.40	60m F03 FI							
13.45	60m F01-02 FI			F04 3steg				
14.05	1000m F03 (2)							
14.20	800m F05 FI (2)					P06		
14.30	600m F06 FI (3)	P04 längd			F05			P05
14.45	600m F07 FI (3)		F03 längd					
15.00	600m F08 FI (4)							
15.20	200m P01-02 (4)							F06
15.30	200m P05 FI (4)	F01-02 längd						
15.45	200m P03 FI (3)							
15.55	200m P04 FI (4)							

Grop 1 - Gropen på innerplan vid 60m-målet
 Grop 3 - gropen i hörnan mot styrkehallen
 Grop 4 - gropen nere i löpargången

Höjd 1 - Höjdbädden mot mållinjen
 Höjd 2 - Höjdbädden vid kulområdet

söndag	löpning	Grop 1	Grop 3	Grop 4	Höjd 1	Höjd 2	Stav	Kula
11.00	Häck F05 fö (2)	P06 längd		P08 längd		P04		F08
11.15	Häck P05 fö (2)		P07 längd					
11.30	Häck F04 fö (2)						Alla F	
11.40	Häck P04 fö/Fi				P05			
11.50	60m F06 FI (7)							
12.10	60m F07 FI (5)	F05 längd						
12.25	60m F08 FI (5)			F06 3steg				
12.40	60m P03 fö (2)					F07		P07
12.50	60m P01-02 fö (2)							
13.10	Häck P05 FI							
13.20	Häck F04 FI				P01-02			
13.30	Häck P04 FI/extra							P06
13.40	Häck F05 FI		F04 längd	P05 tresteg				
13.50	60m P03 FI	P04 tresteg						
13.55	60m P01-02 FI							
14.10	600m P08 (2)							
14.20	600m P07 (3)							F05
14.35	600m P06 (2)				F06			
14.45	800m P05 (2)							
14.55	1000m P03 (1)							
15.05	200m F01-02 (3)							
15.15	200m F03 (5)	P01-02 längd	P03 längd					F04
15.35	200m F05 (7)							
16.00	200m F04 (7)							

Grop 1 - Gropen på innerplan vid 60m-målet
Grop 3 - gropen i hörnan mot styrkehallen
Grop 4 - gropen nere i löpargången

Höjd 1 - Höjdbädden mot mållinjen
Höjd 2 - Höjdbädden vid kulområdet