

Tidsprogram Göteborg Inomhus 2018

Lördag	Löpning	Höjd 1	Höjd 2	Stav	Grop 1	Grop 3	Kula/Viktkast
10.00		P16/P17	P14		P15 3steg	P13 3steg	F14 Kula
10.15	F12 60m Fi (3)						
10.30	P12 60m Fi (2)						
11.00	F13 200m (7)			K stav			
11.25	F14 200m (7)				K 3steg		F15 Kula
11.50	P13 200m (6)					F13 3steg	
12.10	P14 200m (6)	F16/F17					
12.30	F15 200m (7)		P13				
12.55	P15 200m (5)						P14 Kula
13.20	K 60m fö (4)						
13.35	M 60m fö (6)				M 3steg	F15 3steg	
13.55	P17 60m fö (4)						M/P19/K Kula
14.10	F17 60m fö (5)	M höjd	P15				
14.40	M 3000m						
15.00	K 60m Fi A-B			M stav			P13 Kula
15.08	M 60m Fi A-B						
15.16	F17 60m Fi A-B						
15.24	P17 60m Fi A-B				K längd		
15.36	K 800m (1)					F17 3steg	
15.44	M 800m (2)						F13 Kula
16.00	K 200m (7)		F15				
16.25	M 200m (9)	K höjd					
16.50	F16 400m (3)					P17 3steg	
17.00	F17 400m (2)				M längd		
17.10	P16 400m (3)						Vikt samtliga*
17.20	P17 400m (3)						
17.30	K 400m (6)						
17.50	M 400m (7)						

OBS Varm mat i serveringen 70,- inkl dryck

Grop 1 mittengropen

Grop 3 gropen vid styrkehallen

Avprickning löpgrenar 60min innan grenstart

Upprop på plats i samtliga grenar 15min innan grenstart

***Viktkastning i Slottsskogshallen**

Höjd 1 vid 200m-målet

Höjd 2 mot kulsektorn

Söndag	Löpning	Höjd 1	Höjd 2	Stav	Grop 1	Grop 3	Grop 4	Kula
10.00	F13 60m fö (5)	P12	F12	Alla F	F16	P13	F11	
10.20	F15 60m fö (3)							
10.30	F14 60m fö (5)							
10.50	P15 60m fö (2)							
11.00	P14 60m fö (2)							P17
11.10	P13 60m fö (2)						P11	
11.25	F13 60m Fi A-B				P16			
11.35	F15 60m Fi A-B							
11.45	F14 60m Fi A+B					F13		
11.55	F11 60m Fi (5)							P12
12.10	P15 60m Fi							
12.15	P14 60m Fi	F14	F11					
12.20	P13 60m Fi						F12	
12.25	P11 60m Fi (3)							P15
12.40	F16/F17 1500m							
12.50	P16 1500m				F17			
13.00	P17 1500m			Alla P				
13.20	P11 600m (2)					P14/P15		
13.30	P12 600m (2)							
13.40	F11 600m (3)							
13.55	F12 600m (3)				P17			F17
14.10	F14/15 1000(4)						P12	
14.30	P14/15 1000(3)	P11						
14.45	F13 800m (2)		F13			F14		
15.00	P13 800m (2)				F15			F12
15.20	F17 200m (7)							
15.40	P17 200m (6)							