

SAMO 27 augusti 2023, Sollentunavallen

TIDSPROGRAM SÖNDAG

	Löpning	Höjd	Längd	Stav	Kula	Diskus	Spjut
Funktionärer	5	5		5		5	
09:30							
09:40							
09:50							
10:00	100mH (1 heat)	Höjd pool 1 (8)		Mix grupp 2 (5)		Diskus <25m (20)	
10:10							
10:20	80 mh (1 heat)						
10:30							
10:40	100m (7 heat)						
10:50							
11:00		Höjd pool 2 (7)					
11:10							
11:20							
11:30							
11:40							
11:50	800m (2 heat)			Mix grupp 1 (6)		Diskus >25 (8)	
12:00		Höjd pool 3 (6)					
12:10							
12:20							
12:30							
12:40							
12:50							
13:00	400m (4 heat)						
13:10			Längd <3 (7)				
13:20							
13:30							Spjut >30 (8)
13:40							+ 5-6 st
13:50					Kula pool 1 (15)		
14:00							
14:10	200m (5 heat)						
14:20							
14:30			Längd 3-4,5 (17)				
14:40							
14:50							
15:00					Kula pool 2 (16)		Spjut <30 (19)
15:10							
15:20							
15:30							
15:40							
15:50							
16:00	1500m (2 heat)		Längd >4,5 (16)				
16:10					Kula pool 3 (13)		
16:20							
16:30							
16:40							
16:50							
17:00							
17:10							
17:20							
17:30							