

Fastställt tidsprogram Kungsbackaspejen 13/9 2009

publicerat 090909

Tid	Löpning	Längd (grop1*)	Längd (grop2**)	Längd (grop3***)	Höjd (lilla badden)	Höjd (stora badden)	Stavhopp	Slägg/Spjut/Boll	Kula (sektor1)	Kula (sektor2)	Tid
9.00	P9 60m final (29)	F13 (45)	F11 (36)	F9 (44)		P12/P13 (2+10)		Slägg samling	P11 (7)	F12 (13)	9.00
9.05											9.05
9.10											9.10
9.15											9.15
9.20	P10 60m final (17)										9.20
9.25											9.25
9.30											9.30
9.35	F10 60m final (40)										9.35
9.40											9.40
9.45											9.45
9.50									P10 (13)		9.50
9.55											9.55
10.00	P11 60m försök (16)										10.00
10.05											10.05
10.10											10.10
10.15					F10 (24)						10.15
10.20	P12 80m försök (8)										10.20
10.25											10.25
10.30	P13 80m försök (11)										10.30
10.35								P11 (5)			10.35
10.40	F12 80m försök (24)										10.40
10.45							F15/F17/P15/P17 (6)				10.45
10.50						F15/F17/K (9+2+1)					10.50
10.55									P12 (3)		10.55
11.00											11.00
11.05											11.05
11.10								F12 (16)			11.10
11.15			P13 (12)								11.15
11.20	F13 80m försök (31)										11.20
11.25		P10 (16)							P15 (3)		11.25
11.30											11.30
11.35											11.35
11.40											11.40
11.45					P9 (27)						11.45
11.50	F11 60m försök (42)										11.50
11.55											11.55
12.00									F15/F17 (10+2)		12.00
12.05											12.05
12.10											12.10
12.15								P15 (7)			12.15
12.20	F9 60m final (42)										12.20
12.25											12.25
12.30											12.30
12.35					P10 (13)	F13 (16)					12.35
12.40											12.40
12.45											12.45
12.50		P12 (7)									12.50
12.55	F11 60m B-final (6)										12.55
13.00	F11 60m A-final (6)										13.00
13.05	P11 60m A-final (6)										13.05
13.10								F11 (18)			13.10
13.15	F15 100m försök (18)										13.15
13.20									P13 (8)		13.20
13.25											13.25
13.30	P15 100m försök (9)				F10 (39)						13.30
13.35											13.35
13.40	F17 100m A-final (6)										13.40
13.45	P17 100m A-final (5)										13.45
13.50	K/M 100m A-final (2+3)										13.50
13.55											13.55
14.00	P12 80m A-final (6)	P11 (16)								F9 (29)	14.00
14.05	F12 80m A-final (6)							F15 (7)			14.05
14.10	P13 80m A-final (6)										14.10
14.15	F13 80m B-final (6)								P9 (17)		14.15
14.20	F13 80m A-final (6)					F11 (24)					14.20
14.25											14.25
14.30	P15 100m A-final (6)										14.30
14.35	F15 100m A-final (6)					P15/P17 (8+2)		F12/F13/P12/P13 (6)			14.35
14.40											14.40
14.45	F17/P17 400m (3)										14.45
14.50			F17 (6)						P13 (12)		14.50
14.55	P15 300m (3)										14.55
15.00	F15 300m (13)										15.00
15.05											15.05
15.10											15.10
15.15	F12 200m (24)										15.15
15.20		F15 (20)									15.20
15.25									F10 (23)		15.25
15.30	P12 200m (8)										15.30
15.35	F13 200m (19)										15.35
15.40								F13 (10)			15.40
15.45											15.45
15.50	P13 200m (10)										15.50
15.55			P15/P17 (5+6)								15.55
16.00	P11 600m (5)						F12 (16)				16.00
16.05	F9 600m (24)										16.05
16.10											16.10
16.15	F11 600m (23)										16.15
16.20											16.20
16.25											16.25
16.30	P9 600m (19)							P12 (6)		F11 (25)	16.30
16.35											16.35
16.40					P11 (9)						16.40
16.45											16.45
16.50	P10 600m (12)										16.50
16.55	F10 600m (20)										16.55
17.00											17.00
17.05									F13 (14)		17.05
17.10								F17/P17/K/M (7)			17.10
17.15	F15/P15/P17/K/M 1500m (8)										17.15
17.20											17.20
17.25	F12 1500m (9)										17.25
17.30											17.30
17.35	F13 1500m (8)										17.35
17.40											17.40
17.45	P12/P13 1500m (11)										17.45
17.50											17.50
17.55	P17 110mH (3)										17.55

\* Grop 1 = Gropan mot höjdhoppet

\*\*\* Grop 3 = På Tingbergsskolan (4 minuters promenad från Tingbergsvallen)

\*\* Grop 2 = Gropan vid mållinjen