

## Tidsprogram Kungsbackaspelen 5-6/9 2015

publicerat 15-08-31

## Lördag

Tid	Löpning	Längd/tresteg (grop1*)	Längd (grop3**)	Höjd 1 (lilla bädden)	Höjd 2 (stora bädden)	Stavhopp	Slägga/Spjut/Boll	Kula	Tid
9.40			P12 längd (15)	F11 höjd (17)		M+K+P17+F17 stav (1+0+3+3)	P15+F15+P13+F13 slägga (0+3+3+2)	F10 kula (29)	9.40
9.45									9.45
9.50									9.50
9.55									9.55
10.00	F12 60m försök (24)								10.00
10.05									10.05
10.10									10.10
10.15									10.15
10.20									10.20
10.25	P11 60m försök (19)								10.25
10.30									10.30
10.35		F13 tresteg (4)							10.35
10.40									10.40
10.45	P9 60m final (16)								10.45
10.50									10.50
10.55			P11 längd (21)						10.55
11.00									11.00
11.05						P15+F15+P13+F13 stav (3+2+0+0)			11.05
11.10									11.10
11.15							M+K+P17+F17 slägga (1+1+0+3)		11.15
11.20									11.20
11.25									11.25
11.30				F10 höjd (23)					11.30
11.35								P12 kula (6)	11.35
11.40		F17+P15 tresteg (3+2)							11.40
11.45									11.45
11.50									11.50
11.55									11.55
12.00	F12 60m final (A)								12.00
12.05									12.05
12.10	P11 60m final (A)								12.10
12.15									12.15
12.20						P12+F12 stav (5+3)			12.20
12.25	P17 110mH final (2)								12.25
12.30									12.30
12.35			P9 längd (21)				P11 boll (13)	F11 kula (11)	12.35
12.40	F15 80mH final (3)								12.40
12.45	P15 80mH final (2)	M+P17 längd (2+9)							12.45
12.50									12.50
12.55									12.55
13.00	P13 60mH final (5)				F17+F15 höjd (1+4)				13.00
13.05									13.05
13.10	F13 60mH final (7)								13.10
13.15									13.15
13.20									13.20
13.25									13.25
13.30	F10 60m final (39)								13.30
13.35									13.35
13.40									13.40
13.45									13.45
13.50									13.50
13.55									13.55
14.00							M+P17+P15 spjut (2+3+5)		14.00
14.05		P13 längd (10)		F12 höjd (12)					14.05
14.10			F10 längd (36)					P9 kula (10)	14.10
14.15	K+P17 400m final (5+1)								14.15
14.20	M 400m final (5)								14.20
14.25	P17 400m final (9)								14.25
14.30									14.30
14.35									14.35
14.40									14.40
14.45	F15+P15 300m final(4+1)								14.45
14.50									14.50
14.55									14.55
15.00	P12+P13 600m (6+2)								15.00
15.05									15.05
15.10									15.10
15.15	F12+F13 600m (9+1)							P13 kula (5)	15.15
15.20									15.20
15.25	F11 600m (19)	F15 längd (9)							15.25
15.30									15.30
15.35									15.35
15.40	P9 600m (14)				F13 höjd (5)				15.40
15.45									15.45
15.50									15.50
15.55									15.55
16.00	F10 600m (18)								16.00
16.05							P13 spjut (7)		16.05
16.10									16.10
16.15	F13 200m (7)								16.15
16.20								M+P17+F15 kula (0+3+2)	16.20
16.25	P12 200m (16)								16.25
16.30									16.30
16.35									16.35
16.40									16.40
16.45	P17+F17 1500m (2+0)								16.45
16.50									16.50

\* Grop 1 = Grop mot läktaren

\*\* Grop 3 = Gropen bortanför borte långgrakan

Tidsprogram Kungsbackaspelen 5-6/9 2015

Söndag

Tid	Löpning	Längd/tresteg (grop1*)	Längd (grop3**)	Höjd 1 (lilla bädden)	Höjd 2 (stora bädden)	Spjut/Boll (lilla sektor)	Diskus/Spjut	Kula	Tid
9.30			F12 längd (33)					F13 kula (7)	
9.35									
9.40	F9 60m final (34)	P17+F15 tresteg (6+1)							9.40
9.45									9.45
9.50					P15 höjd (6)				9.50
9.55									9.55
10.00									10.00
10.05									10.05
10.10	P12 60m försök (12)								10.10
10.15									10.15
10.20	F13 60m försök (11)								10.20
10.25									10.25
10.30	F11 60m försök (30)						M+K+F17+P17+P15 diskus (0+0+1+2+3)	F9 kula (27)	10.30
10.35									10.35
10.40									10.40
10.45									10.45
10.50		K+F17+P15 längd (2+7+2)							10.50
10.55	P13 60m försök (8)								10.55
11.00				P11 höjd (13)					11.00
11.05	P10 60m final (31)								11.05
11.10						F13+F12 spjut (2+8)			11.10
11.15									11.15
11.20									11.20
11.25									11.25
11.30	P12 60m final (A)								11.30
11.35	F11 60m final (A+B)								11.35
11.40									11.40
11.45									11.45
11.50	F15 80m försök (13)								11.50
11.55									11.55
12.00									12.00
12.05	P15 80m försök (7)		F9 längd (33)						12.05
12.10								P10 kula (20)	12.10
12.15									12.15
12.20	P13 60m final (A)				P12 höjd (8)				12.20
12.25	F13 60m final (A)								12.25
12.30		F11 längd (33)							12.30
12.35	K 100m final (3)						F15+F13+P13 diskus (2+3+1)		12.35
12.40	F17 100m försök (12)								12.40
12.45									12.45
12.50	P17 100m försök (13)								12.50
12.55									12.55
13.00	M 100m försök (11)								13.00
13.05									13.05
13.10									13.10
13.15	P13 200m (9)			P10 höjd (23)					13.15
13.20									13.20
13.25	F12 200m (31)						P12 spjut (8)		13.25
13.30								P11 kula (9)	13.30
13.35									13.35
13.40									13.40
13.45									13.45
13.50									13.50
13.55	F15 80m final (A)								13.55
14.00	P15 80m final (A)								14.00
14.05									14.05
14.10	P17 100m final (A)								14.10
14.15	M 100m final (A)								14.15
14.20	F17 100m final (A)								14.20
14.25									14.25
14.30	F17+F15 800m (2+3)	F13 längd (15)						F12 kula (19)	14.30
14.35									14.35
14.40	P17+P15 800m (6+4)								14.40
14.45							K+F17+F15 spjut (3+3+4)		14.45
14.50				P13 höjd (6)					14.50
14.55	F9 600m (21)								14.55
15.00									15.00
15.05									15.05
15.10	P11 600m (13)		P10 längd (32)						15.10
15.15									15.15
15.20									15.20
15.25									15.25
15.30	P17+P15 300mH (4+1) (P15 lagre höjd)								15.30
15.35									15.35
15.40	F17+F15 300 mH (6+0)					F11 boll (13)			15.40
15.45									15.45
15.50					P17 Höjd (6)				15.50
15.55		P13 tresteg (2)							15.55
16.00									16.00
16.05								K+F17+P15 kula (2+2+5)	16.05
16.10	F13+F12 1500m (0+8)								16.10
16.15									16.15
16.20									16.20
16.25	P13+P12 1500m (1+5)								16.25
16.30									16.30
16.35									16.35
16.40									16.40
16.45	P10 600m (16)								16.45
16.50									16.50
16.55									16.55

\* Grop 1 = Grop mot läktaren  
 \*\* Grop 3 = Gropen bortanför borte långkrakan