

## Tidsprogram Kungsbackaspelen 3-4/9 2016

publicerat 16-08-31

## 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 (16)	F11 höjd (23)			F15+P13+F13 slägga (1+3+8)		9.40
9.45									9.45
9.50								F10 kula (14)	9.50
9.55									9.55
10.00	F12 60m försök (33)	F17+P15 tresteg (2+4)				M+K+P17+F17 stav (2+0+4+4)			10.00
10.05									10.05
10.10									10.10
10.15									10.15
10.20									10.20
10.25									10.25
10.30									10.30
10.35	P11 60m försök (19)								10.35
10.40									10.40
10.45									10.45
10.50									10.50
10.55	P9 60m final (23)								10.55
11.00			P11 längd (19)						11.00
11.05									11.05
11.10								P17+F15 kula (2+7)	11.10
11.15		F13 tresteg (12)							11.15
11.20									11.20
11.25									11.25
11.30							M+K+P17+F17+P15 slägga (1+3+1+5+0)		11.30
11.35									11.35
11.40									11.40
11.45									11.45
11.50									11.50
11.55	F12 60m final (A+B)								11.55
12.00				F10 höjd (14)					12.00
12.05									12.05
12.10	P11 60m final (A)								12.10
12.15						P12+F12 stav (2+4)			12.15
12.20								F11 kula (16)	12.20
12.25									12.25
12.30	P17 110mH final (2)								12.30
12.35		M+P17 längd (2+1)	P9 längd (23)						12.35
12.40	F17 100mH final (3)								12.40
12.45									12.45
12.50									12.50
12.55	F15 80mH final (4)								12.55
13.00	P15 80mH final (1)						P11 boll (6)		13.00
13.05									13.05
13.10					F17+F15 höjd (3+5)				13.10
13.15	P13 60mH final (6)								13.15
13.20	F13 60mH final (11)								13.20
13.25									13.25
13.30		P13 längd (9)							13.30
13.35									13.35
13.40	F10 60m final (23)								13.40
13.45									13.45
13.50								P12 kula (8)	13.50
13.55									13.55
14.00							M+P17+P15 spjut (2+4+2)		14.00
14.05	K+F17 400m final (2+2)								14.05
14.10	P17+M 400m final (2+2)			F12 höjd (17)					14.10
14.15			F10 längd (21)						14.15
14.20									14.20
14.25	P15 300m final (5)								14.25
14.30	F15 300m final(11)								14.30
14.35									14.35
14.40									14.40
14.45	P13 600m (8)								14.45
14.50	P12 600m (9)								14.50
14.55	F13 600m (9)								14.55
15.00								P13 kula (9)	15.00
15.05									15.05
15.10	P9 600m (20)	F15 längd (19)				P15+F15+P13+F13 stav (1+2+2+0)			15.10
15.15									15.15
15.20	F11 600m (12)				F13 höjd (8)				15.20
15.25									15.25
15.30									15.30
15.35	F10 600m (13)								15.35
15.40									15.40
15.45	F12 600m (14)								15.45
15.50									15.50
15.55									15.55
16.00									16.00
16.05	P12 200m (13)								16.05
16.10							P13 spjut (10)		16.10
16.15	F13 200m (7)							P9 kula (16)	16.15
16.20									16.20
16.25									16.25
16.30									16.30
16.35	P17+F17 1500m (2+0)								16.35
16.40									16.40
16.45	P15+F15 2000m (1+2)								16.45
16.50									16.50
16.55									16.55
17.00									17.00
17.05									17.05

\* Grop 1 = Grop mot läktaren

\*\* Grop 3 = Gropen bortanför borte långranken

## Tidsprogram Kungsbackaspelen 3-4/9 2016

Söndag

Tid	Löpning	Längd/tresteg (grop1*)	Längd (grop3**)	Höjd 1 (lilla badden)	Höjd 2 (stora badden)	Spjut/Boll (lilla sektor)	Diskus/Spjut	Kula	Tid
9.30		P17+F15 tresteg (2+6)	F12 längd (26)					F9 kula (18)	9.30
9.35									9.35
9.40	P13 60m försök (8)								9.40
9.45									9.45
9.50	F13 60m försök (16)								9.50
9.55									9.55
10.00									10.00
10.05	P12 60m försök (9)						M+K+F17+P17+P15+F15 diskus (1+3+3+2+1+1)		10.05
10.10									10.10
10.15	F11 60m försök (28)								10.15
10.20									10.20
10.25									10.25
10.30									10.30
10.35									10.35
10.40	P10 60m final (16)	P15 längd (10)							10.40
10.45									10.45
10.50									10.50
10.55	F9 60m final (27)							F13 kula (12)	10.55
11.00				P11 höjd (10)					11.00
11.05									11.05
11.10						F12 spjut (11)			11.10
11.15									11.15
11.20									11.20
11.25									11.25
11.30									11.30
11.35									11.35
11.40	P13 60m final (A)								11.40
11.45	P12 60m final (A)								11.45
11.50	F13 60m final (A)		F9 längd (28)						11.50
11.55	F11 60m final (A+B)								11.55
12.00		K+F17 längd (1+7)					F13+P13 diskus (12+3)		12.00
12.05									12.05
12.10	F15 80m försök (17)							P10 kula (12)	12.10
12.15									12.15
12.20									12.20
12.25	P15 80m försök (11)								12.25
12.30									12.30
12.35					P17+P15 höjd (1+5)				12.35
12.40	M 100m försök (7)								12.40
12.45									12.45
12.50	P17 100m försök (8)								12.50
12.55									12.55
13.00	K+F17 100m								13.00
13.05	final (1) + försök (10)								13.05
13.10									13.10
13.15	P13 200m (12)								13.15
13.20									13.20
13.25	F12 200m (26)								13.25
13.30								P11 kula (7)	13.30
13.35		P13 tresteg (5)							13.35
13.40									13.40
13.45									13.45
13.50			F11 längd (34)						13.50
13.55	F15 80m final (A)								13.55
14.00	P15 80m final (A)								14.00
14.05							K+F17+F15 spjut (0+1+4)		14.05
14.10	P17 100m final (A)			P10 höjd (9)	P13+P12 höjd (2+12)	F13 spjut (5)			14.10
14.15	M 100m final (A)								14.15
14.20	F17 100m final (A)								14.20
14.25									14.25
14.30									14.30
14.35								F12 kula (12)	14.35
14.40									14.40
14.45	P17+P15 800m (2+5)								14.45
14.50									14.50
14.55	F17+F15 800m (1+5)								14.55
15.00									15.00
15.05		F13 längd (18)							15.05
15.10	F9 600m (22)								15.10
15.15									15.15
15.20									15.20
15.25	P11 600m (11)								15.25
15.30	P10 600m (13)						P12 spjut (12)		15.30
15.35									15.35
15.40						F11 boll (16)			15.40
15.45									15.45
15.50									15.50
15.55	P17 300mH (2)								15.55
16.00	P15 300mH (5)		P10 längd (17)						16.00
16.05								F17+P15 kula (1+2)	16.05
16.10	F17+F15 300 mH (1+4)								16.10
16.15									16.15
16.20									16.20
16.25									16.25
16.30	F13+F12 1500m (6+1)								16.30
16.35									16.35
16.40									16.40
16.45	P13+P12 1500m (3+6)								16.45
16.50									16.50
16.55									16.55
17.00									17.00

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