

## Tidsskjema Junior-NM søndag.

Tid	Øvelse	Klasse	Type	Oppropsfrist	Innmarsj	Opplysning
11:00	100m Hk	K20	Forsøk-heat 1	09:00	10:40	84.0 cm
11:05	100m Hk	K20	Forsøk-heat 2	09:00	10:40	84.0 cm
11:20	200m	M20	Finale		11:00	
11:25	200m	M23	Finale		11:05	
11:30	200m	K23	Finale		11:10	
11:35	200m	K20	Finale		11:15	
11:50	800m	M20	Finale		11:30	
12:00	800m	M23	Finale		11:40	
12:10	800m	K20	Finale		11:50	
12:20	800m	K23	Finale	10:20	12:00	
12:30	5000m	M20	Finale 1	10:30	12:10	
12:55	5000m	M20	Finale 2	10:30	12:35	
13:20	5000m	M23	Finale	11:20	13:00	
13:45	3000m	K20	Finale	11:45	13:25	
14:05	3000m	K23	Finale	12:05	13:45	
14:30	100m Hk	K20	Finale		14:10	84.0 cm
14:40	100m Hk	K23	Finale	12:40	14:20	84.0 cm
14:55	110m Hk	M20	Finale	12:55	14:35	99.1 cm
15:05	110m Hk	M23	Finale	13:05	14:45	106.7 cm
15:20	1000m Stafett	K20	Finale 1	13:20	15:00	
15:30	1000m Stafett	K20	Finale 2	13:20	15:10	
15:40	1000m Stafett	K23	Finale	13:40	15:20	
15:50	1000m Stafett	M20	Finale 1	13:50	15:30	
16:00	1000m Stafett	M20	Finale 2	13:50	15:40	
16:10	1000m Stafett	M23	Finale	14:10	15:50	

## Tekniske øvelser

Tid	Øvelse	Klasse	Type	Oppropsfrist	Innmarsj	Opplysning
11:20	Diskos	K20 + K23	Finale	K23 9:20	10:50	1 Kg
11:30	Høyde	M20	Finale	09:30	11:00	
12:00	Tresteg	K23	Finale	10:00	11:30	
12:10	Kule	M20	Finale	10:10	11:40	6 Kg
13:15	Tresteg	K20	Finale		12:45	
13:20	Spyd	M20	Finale	11:20	12:50	800 g
13:40	Høyde	M23	Finale	11:40	13:10	
14:00	Kule	M23	Finale	12:00	13:30	7.26 kg
14:40	Spyd	M23	Finale	12:40	14:10	800 g