

Tidsprogram

Lilla XL-galan, Sättra Hall söndag 1 februari 2015

Avprickning sker en timme före varje gren.

Upprop 15 minuter före varje gren.

Tid	60 m/60 mh	600 m	1000 m	Längd A	Längd B	Höjd A	Höjd B	Stav	Kula A	Kula B	Tid
10.00	60 m P12			P10,	F10	P13	F13		F11	P11	10.00
10.20	60 m F12			3 försök	3 försök			14+P15			10.20
10.50	60 m P11										10.50
11.05	60 m F11										11.05
11.25	60 m P10										11.25
11.40	60 m F10										11.40
12.05	60 m P12 Final										12.05
12.10	60 m F12 Final			P11 - 2 pooler					P10	F10	12.10
12.15	60 m P11 Final										12.15
12.20	60 m F11 Final										12.20
12.25	60 m P10 Final										12.25
12.30	60 m F10 Final					F12	P12				12.30
12.45	60 mh F13							F14+F15			12.45
13.00	60 mh P13			F11 - 2 pooler							13.00
13.15	60 mh F14										13.15
13.25	60 mh F15 Final										13.25
13.30	60 mh P14								F12		13.30
13.40	60 mh P15 Final									P12	13.40
13.50		P11									13.50
14.10		F11									14.10
14.30	Stafett 4x200 m			F14+F15	P14+P15						14.30
15.15	60 mh P15 Extra										15.15
15.20	60 mh P14 Final										15.20
15.25	60 mh F15 Extra										15.25
15.30	60 mh F14 Final								P13	F13	15.30
15.35	60 mh P13 Final										15.35
15.40	60 mh F13 Final										15.40
15.50	Stafett 4x200 m. Final 6 bästa tiderna från försök					F14+F15	P14+P15				15.50
16.00			P14								16.00
16.05			F14								16.05
16.15			F15								16.15
16.20			P15						F14+F15	P14+P15	16.20
16.25		F13									16.25
16.40		P13									16.40
16.50		F12									16.50
17.05		P12									17.05

Observera följande:

- 4 försök i alla teknikgrenar upp t.o.m. 13-årsklassen. Undantaget längd P+F10 där 3 försök gäller. I 14- och 15-årsklasserna gäller 3 försök + 3 finalförsök för de 8 bästa.
- Tiderna avgör placering på 600/1 000 m – ange tid så att seedningen blir så korrekt som möjligt vid avprickning.

Höjd

PF12 105-112-119-126-133-138-143-148 därefter 4 cm höjning

PF13 109-116-121-128-135-140-145-150 därefter 4 cm höjning

Längd Höjd

A Inre grop Vid målet

B Yttre grop Vid 60 m start

Kula

Fast ring (järnkula)

Mobil ring (gummikula)