

# Tidsskjema for Heiskompanistevnet

## Lørdag 19. august 2023

<b>Kl. 13.00</b>	<b>Åpning</b>
<b>Kl. 13.10</b>	<b>60m J15/16</b>
<b>Kl. 13.15</b>	<b>60m KS (heat 1)</b>
<b>Kl. 13.20</b>	<b>60m KS (heat 2)</b>
<b>Kl. 13.25</b>	<b>60m MS (heat 1)</b>
<b>Kl. 13.30</b>	<b>60m MS (heat 2)</b>
<b>Kl. 13.35</b>	<b>60m MS (heat 3)</b>
<b>Kl. 13.45</b>	<b>800m MS</b>
<b>Kl. 14.00</b>	<b>150m J15/16</b>
<b>Kl. 14.05</b>	<b>150m KS (heat 1)</b>
<b>Kl. 14.10</b>	<b>150m KS (heat 2)</b>
<b>Kl. 14.15</b>	<b>150m MS (heat 1)</b>
<b>Kl. 14.20</b>	<b>150m MS (heat 2)</b>
<b>Kl. 14.25</b>	<b>150m MS (heat 3)</b>

## Søndag 20. august 2023

<b>Kl. 12.00</b>	<b>100m J14 – J15/16</b>
<b>Kl. 12.05</b>	<b>100m G15/16</b>
<b>Kl. 12.10</b>	<b>100m KS (heat 1)</b>
<b>Kl. 12.15</b>	<b>100m KS (heat 2)</b>
<b>Kl. 12.20</b>	<b>100m KS (heat 3)</b>
<b>Kl. 12.25</b>	<b>100m MS (heat 1)</b>
<b>Kl. 12.30</b>	<b>100m MS (heat 2)</b>
<b>Kl. 12.35</b>	<b>100m MS (heat 3)</b>
<b>Kl. 12.40</b>	<b>100m MS (heat 4)</b>
<b>Kl. 12.50</b>	<b>1500m MS</b>
<b>Kl 13.00</b>	<b>200m MS J14-J15/16</b>
<b>Kl. 13.05</b>	<b>200m MS G15/16</b>
<b>Kl. 13.10</b>	<b>200m KS (heat 1)</b>
<b>Kl. 13.15</b>	<b>200m KS (heat 2)</b>
<b>Kl. 13.25</b>	<b>200m MS (heat 1)</b>
<b>Kl. 13.30</b>	<b>200m MS (heat 2)</b>
<b>Kl. 13.35</b>	<b>200m MS (heat 3)</b>
<b>Kl. 13.40</b>	<b>200m MS (heat 4)</b>
<b>Kl. 13.45</b>	<b>Premieutdeling</b>

**Liste med heatsammensetting kommer i morgen 17. august.**

**Det vil ikke bli opprop, men de aktive møter til start i god tid før øvelsen går.**

**Startnummer hentes i klubbhuset til Lillehammer IF**

**Det vil være mulig å etteranmelde seg innen fredag 18. august.**

**Husk at reklame på startnummer må synes.**

**Det vil være premiepenger til de seks beste i kvinner og menn for de som deltar i 4-kampen.**

