

## Tidsskjema Hamar Media-stevnet 2023 - Fra kl.12

Tid	60m	100m	150m	200m	400m	600m	1500m	3/5000m	Lengde	Kule
12:00	G7								G15-17/J17	J13-16
12:05	G8									
12:10	G9									
12:15	J9									
12:20	MS									
12:25		G10								
12:30		G11								J9-G9-10
12:35		G12-13							G7-8	
12:40		J10-12								
12:45		J13-14								
12:50		J15-KS								
12:55		G15-MS								
13:00										
13:05					G16-MS				G9-10	J10-12/G11
13:10										
13:15							G17-MS			
13:20										
13:25							J14-16			
13:30										
13:35							G13-J13			J17/G15-17
13:40									J9-12	
13:45			G7-8							
13:50			J9-G9							
13:55										
14:00				G11-13						
14:05				J13-14						G7-8
14:10				J15-KS					G11-13	
14:15				G15-MS						
14:20										
14:25								Alle		
14:30										
14:35										
14:40										G13-14
14:45						Jenter			J13-14	
14:50										
14:55						G9-10				
15:00						G11-12				Lengde ut
15:05										Alle
15:10										

14 år og yngre får tre forsøk i de tekniske øvelsene. De øvrige seks forsøk.



**Hamar Media**  
Hamarmedia.no