



## SÖNDAG - Tidsprogram Stora IDM 2019

							Tresteg /	
	Löpning		Heat	Höjd	Stav	Längd (1)	längd (2)	Kula
10.00	200 m	F12 (9)	2	P13 (6)		F14 (13)	F17 längd (13)	
10.10		P15 (4)	1					
10.20		P14 (3)	1					
10.30		P13 (6)	1					M (2)
10.40		P12 (5)	1					P19 (4)
10.50		K+vet (10)	2					P17 (3)
11.00		F15 (6)	1	P12 (3)	K/F19 (3)		P17 (1)	
11.10		F14 (9)	2		F17 (6)	F12 (9)	P15 (1)	
11.20		F13 (6)	1				P14 (3)	
11.30		M+vet (25)	5					
11.40								K/F19 (5)
11.50								F17 (6)
12.00	1000 m	P15, F15 (1,3)	1					
12.10		F14 (6)	1			F13 (9)		
12.20								
12.30				P15 (2)			P13 (2)	
12.40	800 m	M+vet (25)	4	P14 (3)			P12 (4)	
12.50								
13.00		P13,P12 (5,2)	1					
13.10		K+vet (5)	1		F15 (5)	K/F19 (5)		
13.20		F13,F12 (2,2)	1		F14 (1)			
13.30				M/P19 (3)	F13 (2)			
13.40				P17(2)				
13.50	3000 m	K+vet (8)	1					
14.00						F15 (8)		
14.10								
14.20		M+vet A (30)	1					
14.30								
14.40		M+vet B	1					
14.50								
15.00		M+vet C	1					