

Tidsprogram Raka Spåret söndag 3 feb 2013

	Löpning	Höjd	Stav	Längd	Tresteg	Kast
11.30	F17 60h fi (7)					F19+17 vikt (1+5)
11.40	F19 60h fi (3)					
11.45	K 60h fö (13)					
11.55	P17 60h fi (6)					
12.00						P19+17 vikt (2+2)
12.05	P19 60h fi (1)					
12.10	M 60h fö (9)					
12.20	K 60 fö (35)					
12.30			M stav (10)			F19+17 kula (3+10)
12.45	M 60 fö (44)					
13.00		M hö (8)		K lä (30)		
13.15						P19+17 kula (4+6)
13.25	M 3000 B fi + K (3)					
13.45	K 400 C-D-E fi					
14.00	M 400 C-D fi				M trest (3)	
14.15	K 800fi (7)					
14.20	M 800 A-B/C fi					
14.30						M kula (11)
14.40	K 60m B fi					
14.45	K 60m A fi	K hö (13)				
14.50	M 60m B fi					
14.55	M 60m A fi					
15.00			K stav (12)			
15.05	K 60h fi					
15.15	M 60h fi					
15.25	M 3000 A fi (16)					
15.30					K trest (10)	
15.40	K 200 B+A fi					
15.45				M lä (16)		K kula (4)
15.50	M 200 B+A fi					
16.00	K 400 B+A fi					
16.10	M 400 B+A fi					
16.25	K 1500 A fi					M+K vikt (4+1)
16.35	M 1500 A fi					
16.45	K 1500 B fi					
16.55	M 1500 B fi					
17.05	K 200 C-G fi					
17.20	M 200 C-H fi					