

Tidsprogram

JUL-RUSCHEN 2018.12.02

<u>Tider</u>	<u>Löpning</u>	<u>Längd</u>	<u>Tresteg</u>	<u>Kula</u>	<u>Vikt</u>
10.30		P17+K+F15			
.40				F13+F12 +F9+P9	
11.00	60 mH	K+F13			
.10	60 m	F15			
.15	60 m	M+P17			
.25	60 m	P13+F13			
.30	60 m	F12+P9		P17+P15 +K+F17	
.35	60 m	F11+P10			
.40	60 m	F10+F9			
.45	60 m	K+F17			
.50	Prisutdelningar	P13+P12+P10+P9+ F13+F12+F11+F10+F9			
12.05	200 m	M			
.10	200 m	K+F17+F15			
.20	200 m	P17			
.25					P15+F17
.35	200 m	F11+F10+F9			
.40	200 m	P13+P12+P10+P9			
.45	200 m	F13+F12			
13.00	800 m	P17		M+K	
.10	600 m	P13+F11+P9			