

TIDS-SCHEMA FORTUM-SPELEN 2020

Söndag 13 september



<u>TIDER</u>	<u>LÖPNING</u>	<u>TRETEG</u>	<u>SPJUT</u>	<u>SLÄGGA</u> B-plan
10.00				M+K+ P17+F17
.30		M+K+ P17+F17		
11.30	1 mile	M+K	M+K+ P17+F17	
12.00				P15+F15
.25	200 m	KU		
.35	200 m	M+P17		
.45	200 m	K+F17		
13.00	200 m	P15		
.10	200 m	F15		
.25		P15+F15		
14.00				P13+F13
.20	80 mH	P15		
.25	80 mH	F15		
.35			P15+F15	
15.15	60 mH	P13		
.25	60 mH	F13		
.35		P13+F13		
16.35	200 m	P13		
.40	200 m	F13		
.50			P13+F13	

