

<b>Øvelse</b>	<b>Dag</b>	<b>Tidspunkt</b>
J12 Høyde	Fredag	17:30
G11 Høyde	Fredag	17:30
G12 Høyde	Fredag	17:30
J11 Høyde	Fredag	17:30
KS Tresteg	Fredag	18:00
MS Tresteg	Fredag	18:00
J13 Høyde	Fredag	18:30
J14 Høyde	Fredag	18:30
G8 300 meter hinder	Fredag	18:30
G9 300 meter hinder	Fredag	18:30
G6-7 300 meter hinder	Fredag	18:30
G13 Høyde	Fredag	18:30
G14 Høyde	Fredag	18:30
J8 300 meter hinder	Fredag	18:45
J9 300 meter hinder	Fredag	18:45
J6-7 300 meter hinder	Fredag	18:45
J11 800 meter hinder	Fredag	19:00
J12 800 meter hinder	Fredag	19:00
G11 800 meter hinder	Fredag	19:00
G13 800 meter hinder	Fredag	19:00
J10 800 meter hinder	Fredag	19:00
J14 1500 meter hinder	Fredag	19:15
G14 1500 meter hinder	Fredag	19:15
KS 2000 meter hinder	Fredag	19:30
J17 Høyde	Fredag	19:30
G15 Høyde	Fredag	19:30
G16 Høyde	Fredag	19:30
G17 Høyde	Fredag	19:30
MS 3000 meter hinder	Fredag	19:45
<b>Øvelse</b>	<b>Dag</b>	<b>Tidspunkt</b>
J8 Lengde satssone	Lørdag	10:00
J6-7 Lengde satssone	Lørdag	10:00
FVM 60 meter	Lørdag	10:00
FVK 60 meter	Lørdag	10:00
J10 Liten ball	Lørdag	10:00
G6-7 60 meter	Lørdag	10:05
G8 60 meter	Lørdag	10:10
G9 60 meter	Lørdag	10:15
G8 Liten ball	Lørdag	10:30
J9 Lengde satssone	Lørdag	10:30
G6-7 Liten ball	Lørdag	10:30
VM Lengde stassone Grop	Lørdag	10:30
FVK Lengde satssone Grop 2	Lørdag	10:30
G10 60 meter	Lørdag	10:30
G11 60 meter	Lørdag	10:40
G12 60 meter	Lørdag	10:45
G13 60 meter	Lørdag	10:50
G14 60 meter	Lørdag	10:55
G9 Liten ball	Lørdag	11:00

G10 Liten ball	Lørdag	11:00
J10 Lengde satssone	Lørdag	11:00
J8 60 meter	Lørdag	11:15
J6-7 60 meter	Lørdag	11:15
J9 60 meter	Lørdag	11:20
J11 60 meter	Lørdag	11:25
J12 60 meter	Lørdag	11:30
FVM Liten ball	Lørdag	11:30
FVK Liten ball	Lørdag	11:30
J13 60 meter	Lørdag	11:35
J14 60 meter	Lørdag	11:35
J10 60 meter	Lørdag	11:45
G8 Lengde satssone	Lørdag	12:00
J8 Liten ball	Lørdag	12:00
J9 Liten ball	Lørdag	12:00
G6-7 Lengde satssone	Lørdag	12:00
J6-7 Liten ball	Lørdag	12:00
MS 100 meter	Lørdag	12:30
G9 Lengde satssone	Lørdag	12:30
G10 Lengde satssone	Lørdag	12:30
KS 100 meter	Lørdag	12:45
FGP 100 meter	Lørdag	12:55
G15 100 meter	Lørdag	12:55
J12 Spyd 400g	Lørdag	13:00
J13 Spyd 400g	Lørdag	13:00
J14 Spyd 400g	Lørdag	13:00
FGP Kule	Lørdag	13:00
G11 Spyd 400g	Lørdag	13:00
G12 Spyd 400g	Lørdag	13:00
G16 100 meter	Lørdag	13:00
G17 100 meter	Lørdag	13:00
J11 Spyd 400g	Lørdag	13:00
J15 100 meter	Lørdag	13:05
J16 100 meter	Lørdag	13:05
J17 100 meter	Lørdag	13:10
MS 400 meter	Lørdag	13:20
KS 400 meter	Lørdag	13:30
MS 4x100 meter stafett	Lørdag	13:45
KS 4x100 meter stafett	Lørdag	13:55
J15 Spyd 500g	Lørdag	14:00
J17 Spyd 500g	Lørdag	14:00
MS Spyd 800g	Lørdag	14:00
G16 Spyd 700g	Lørdag	14:00
G17 Spyd 700g	Lørdag	14:00
J11 600 meter	Lørdag	14:15
J12 600 meter	Lørdag	14:15
G11 600 meter	Lørdag	14:15
G12 600 meter	Lørdag	14:15
J13 1500 meter	Lørdag	14:30
G13 1500 meter	Lørdag	14:30

G14 1500 meter	Lørdag	14:30
G15 1500 meter	Lørdag	14:30
G16 1500 meter	Lørdag	14:30
G17 1500 meter	Lørdag	14:30
KS 3000 meter	Lørdag	14:45
MS 3000 meter	Lørdag	14:45
<b>Øvelse</b>	<b>Dag</b>	<b>Tidspunkt</b>
KS Lengde	Søndag	10:00
J11 60 meter hekk	Søndag	10:00
MS Lengde	Søndag	10:00
J10 60 meter hekk	Søndag	10:00
G10 60 meter hekk	Søndag	10:05
G11 60 meter hekk	Søndag	10:05
J12 60 meter hekk	Søndag	10:15
J12 Kule 2kg	Søndag	10:30
J13 60 meter hekk	Søndag	10:30
J14 60 meter hekk	Søndag	10:30
G10 Kule 2kg	Søndag	10:30
G11 Kule 2g	Søndag	10:30
G12 60 meter hekk	Søndag	10:30
G13 60 meter hekk	Søndag	10:30
J10 Kule 2kg	Søndag	10:30
J11 Kule 2kg	Søndag	10:30
J14 Lengde	Søndag	10:45
J15 Lengde	Søndag	10:45
J15 80 meter hekk	Søndag	10:45
J16 80 meter hekk	Søndag	10:45
J17 Lengde	Søndag	10:45
G14 80 meter hekk	Søndag	10:50
KS 100 meter hekk	Søndag	11:00
J17 100 meter hekk	Søndag	11:00
J18-19 100 meter hekk	Søndag	11:00
G15 100 meter hekk	Søndag	11:05
G16 100 meter hekk	Søndag	11:05
J14 Kule 3kg	Søndag	11:15
J15 Kule 3kg	Søndag	11:15
J16 Kule 3kg	Søndag	11:15
J17 Kule 3kg	Søndag	11:15
G12 Kule 3kg	Søndag	11:15
G13 Kule 3kg	Søndag	11:15
J12 Lengde satssone	Søndag	11:30
J13 Lengde satssone	Søndag	11:30
G18-19 110 meter hekk	Søndag	11:30
MS 110 meter hekk	Søndag	11:30
J11 Lengde satssone	Søndag	11:30
G10 200 meter	Søndag	12:00
G11 200 meter	Søndag	12:00
G14 Kule 4kg	Søndag	12:00
G15 Kule 4kg	Søndag	12:00
G16 Kule 5kg	Søndag	12:00

G17 Kule 5kg	Søndag	12:00
G12 200 meter	Søndag	12:05
G13 200 meter	Søndag	12:10
J10 200 meter	Søndag	12:15
J11 200 meter	Søndag	12:15
J12 200 meter	Søndag	12:20
J13 200 meter	Søndag	12:20
J14 200 meter	Søndag	12:25
J15 200 meter	Søndag	12:25
G14 200 meter	Søndag	12:30
G15 200 meter	Søndag	12:35
J16 200 meter	Søndag	12:45
J17 200 meter	Søndag	12:45
G11 Lengde satssone	Søndag	12:45
G12 Lengde satssone	Søndag	12:45
G13 Lengde satssone	Søndag	12:45
KS 200 meter	Søndag	12:50
G16 200 meter	Søndag	12:55
G17 200 meter	Søndag	12:55
MS 200 meter	Søndag	13:00
MS 800 meter	Søndag	13:45
G14 Lengde	Søndag	13:45
G15 Lengde	Søndag	13:45
G16 Lengde	Søndag	13:45
G17 Lengde	Søndag	13:45
J13 2000 meter	Søndag	14:15
J14 2000 meter	Søndag	14:15
J16 2000 meter	Søndag	14:15
G13 2000 meter	Søndag	14:15
G14 2000 meter	Søndag	14:15
G15 2000 meter	Søndag	14:15
G16 2000 meter	Søndag	14:15
G17 2000 meter	Søndag	14:15