

Kraftmätningen, kvältävling

Midgårdsvallen, Märsta den 6 juni 2016

Preliminärt tidsprogram (2016-06-01)

Kl	Löpningar	Höjd	Längd	Spjut	Kula	Kl
10.00	80 m häck Flickor 1	Pojkar 1	Pojkar 2			10.00
10.15	80 m häck Flickor 2					10.15
10.30				Flickor 1		10.30
10.45	korta häcklopp				Flickor 2	10.45
11.00						11.00
11.15						11.15
11.30	80 m häck Pojkar 1					11.30
11.45	80 m häck Pojkar 2					11.45
12.00			Flickor 1			12.00
12.15	60/80/100 m	Flickor 2		Pojkar 1	Pojkar 2	12.15
12.30						12.30
12.45						12.45
13.00	200/300/400 m					13.00
13.15						13.15
13.30						13.30
13.45	Stafetter					13.45
14.00						14.00
14.15		Pojkar 2	Pojkar 1	Flickor 2	Flickor 1	14.15
14.30						14.30
14.45						14.45
15.00	800/1500/3000 m					15.00
15.15						15.15
15.30						15.30
15.45		Flickor 1		Pojkar 2	Pojkar 1	15.45
16.00			Flickor 2			16.00
16.15						16.15
16.30						16.30
16.45	800 m					16.45
17.00						17.00
17.15						17.15
17.30						17.30

Poolindelning

Flickor 1	Flickor 2	Pojkar 1	Pojkar 2
Bromma IF 1	Bromma IF 2	Bromma IF 1	Bromma IF 2
Gefle IF	Rånäs 4H	Gefle IF	Rånäs 4H
Huddinge AIS	Sundsvalls FI	Huddinge AIS	Sundsvalls FI
IFK Lidingö	Tureberg FI	IFK Lidingö	Turebergs FK
	Upsala IF	IFK Märsta	Upsala IF