

Tidsprogram Malmö Indoor Challenge 2020

Söndag den 12 januari i Friidrottshallen Athleticum

Uppdaterad: 2020-01-10, kl 11.29

Klockan	200m/ 400m Avprickning: 45 min	600m/800m/ 1500m Avprickning: 45 min	Längd 1/ Tresteg Upprop: 15 min	Längd 2/ Tresteg Upprop: 15 min	Kula 1 Upprop: 15 min	Kula 2 Upprop: 15 min	Stav Upprop: 30 min	Höjd 1 Upprop: 15 min	Höjd 2 Upprop: 15 min	Klockan
08.30	Prova på (26)			Prova på	Prova på		Prova på			08.30
10.00	F8 – 4 (14)		P9 (17)	P8 (10)					F11 (13)	10.00
10.15	F9 – 5 (18)				F8 (11)		F13+F14+F15+F17 (2+2+3+3)			10.15
10.25						F9 (12)				10.25
10.30	P8 – 3 (9)									10.30
10.35								F12 (11)		10.35
10.40	F10 – 6 (23)			P10 (5)					P11 (8)	10.40
11.00	P9 – 4 (16)		F9 (17)		F10 (18)					11.00
11.20	P10 – 2 (7)			F8 (15)		P9 (13)				11.20
11.25	F11 – 6 (24)									11.25
11.30								F13 (9)		11.30
11.35					P12 (8)					11.35
11.45	P11 – 3 (10)		P13 (6)						P10 (6)	11.45
11.55	F12 – 5 (19)					P8 (8)				11.55
12.00				F10 (31)						12.00
				poolhoppning						
12.10	P12 – 3 (10)		P11 (10)							12.10
12.20						P10 (6)		P12 (10)		12.20
12.30					P13+P14 (3+4)					12.30
12.35			F14 (16)							12.35
12.45		F11 – 1 (10)								12.45
12.50		P10 – 1 (6)				F12 (16)				12.50

Tidsprogram Malmö Indoor Challenge 2020

Klockan	200m/ 400m Avprickning: 45 min	600m/800m/ 1500m Avprickning: 45 min	Längd 1/ Tresteg Upprop: 15 min	Längd 2/ Tresteg Upprop: 15 min	Kula 1 Upprop: 15 min	Kula 2 Upprop: 15 min	Stav Upprop: 30 min	Höjd 1 Upprop: 15 min	Höjd 2 Upprop: 15 min	Klockan
12.55		F10 – 1 (7)		F11 (26)						12.55
13.00		F12 – 1 (8)		poolhoppning			KS (10)		F10 (18)	13.00
13.05		P11+P12 – 1 (7+4)								13.05
13.10			P12 (15)							13.10
13.15	F13 – 5 (17)				P11 (8)			KS+F17+F15 (2+3+4)		13.15
13.30	P13 – 2 (5)									13.30
13.40	F14 – 4 (14)		KS+MS+P17+P15 (2+2+5+5)	F12 (27) poolhoppning	F13 (10)	F11 (11)				13.40
14.00	P15 – 2 (6)									14.00
14.10	P14 – 3 (12)							F14 (12)		14.10
14.25	F15 – 2 (6)		P14 (10)	F13 (17)	F15+F14 (4+7)					14.25
	400m									
14.35	P17 – 1 (2)									14.35
14.40	F17 – 1 (2)									14.40
15.00	MS – 2 (5)									15.00
15.05	KS – 2 (6)		F17+F15 (6+6)	Tresteg						15.05
15.10		800m		F13+P12+P13 (11+1+4)	KS+F17 (7+2)			P13+P14+P15 (3+4+2)		15.10
15.25		P13+F13 – 1 (1+6)								15.25
15.30							MS (5)			15.30
		1000m								
15.35		P14+P15 – 1 (9+1)								15.35
15.45		F14+F15 – 1 (5+1)								15.45
		1500m	Tresteg							
15.55		MS+P17 – 1 (5+3)	MS+P15+P14 (1+1+4) KS+F17+F15 (2+1+1)							15.55
16.05		KS – 1 (2)		F14 (10)	MS+P17+P15 (2+2+3)			MS (3)		16.05