

# Tidsprogram MAIK Indoor 22-23 feb 2020

Uppdaterat 19 feb kl 13.30

## Lördag

Tid	Löpning	höjd 1	höjd 2	grop 1	grop 3	grop 4	kula	stav
10.00	F10 60m fö (5)			F13 tresteg (14)	P11 längd (29)		P12 (18)	
10.20	F11 60m fö (8)							
10.52	F12 60m fö (6)							
11.05							P13 (19)	K Stav
11.16	F13 60m fö (6)		F11 (28)	P17 Tresteg (11)				Ingångshöjd
11.40	F14 60m fö (4)				P12 längd (26)			under 2m
11.56	F15 60m fö (3)							
12.08	F17 60m fö (4)	F13 (21)						
12.24	K 60m fö (3)			F14 längd (33)			P11 (20)	
12.36	M 60m fö (4)							
13.02	P13 häck fö (3)							
13.19	P14 häck Fi							
13.23	P15 häck Fi							
13.32	P17 häck (2)							K Stav
13.43	F12 60m Fi A+B				P13 längd (27)		F14 (17)	Ingångshöjd
13.51	F11 60m Fi A+B	P15/P14						2,50m
13.59	F10 60m Fi A+B	(9+6)						
14.07	F13 60m Fi A+B							
14.15	F15 60m Fi		F12 (22)					
14.19	F17 60m Fi A+B							
14.29	K 60m Fi							
14.34	M 60m Fi A+B							
14.42	F14 60m Fi A+B							
14.50							F10 (28)	
15.00	P17 häck Fi			F17 längd (30)				
15.09	P13 häck Fi							
15.22	P12 200m (6)				F15 längd (29)			
15.42	P13 200m (8)	P17 (11)						M (12)
16.07	P14 200m (3)							
16.16	P15 200m (5)					P10 längd (21)	F17 (12)	
16.36	F11 600m (2)							
16.46	F12 600m (2)							
16.56	F13 800m (2)			P15/P14 tresteg				
17.08	K 800m (1)			(9+8)				
17.14	M 800m (3)						F15 (14)	
17.30	F14 1000m (1)							
17.36	F15 1000m (1)							
17.42	P10 600m (2)							
17.52	P17 400m (4)							
18.04	F17 400m (4)							

Obs! I Längd/kula P/F 12 och yngre har samtliga tävlande fyra försök!

- Grop 1 Mittengropen
- Grop 3 Gropen mot styrkehallen
- Grop 4 Gropen i löpargången

# Kakservice

INBJUDER TILL

# MAIK INDOOR

# Tidsprogram MAIK Indoor 22-23 feb 2020

Uppdaterat 19 feb kl 13.30

## Söndag

Tid	Löpning	höjd 1	höjd 2	grop 1	grop 2	grop 3	kula
10.00	P10 60m fö (4)			F15 tresteg (12)	F11 längd 1	F11 längd 2	P15/P14
10.16	P12 60m fö (4)				(53/2)	(53/2)	(3+4)
10.32	P11 60m fö (4)						
10.48	P13 60m fö (3)	P12 (19)					P17 (11)
11.00	P14 60m fö (3)			F17 Tresteg (16)			
11.12	P15 60m fö (2)		P11 (18)				
11.20	P17 60m fö (3)						
11.30					F12 längd 1	F12 längd 2	
11.42	F13 häck fö (4)				(56/2)	(56/2)	
12.03	F14 häck fö (2)						
12.11	F15 häck fö (2)			P14 längd (16)			F13 (23)
12.22	F17 häck fö (2)	P13 (14)					
12.33	P15 60m Fi						
12.37	P10 60m Fi A+B						
12.45	P11 60m Fi A+B		F14 (17)				
12.53	P12 60m Fi A+B						
13.01	P17 60m Fi						
13.05	P14 60m Fi				F10 längd 1	F10 längd 2	
13.09	P13 60m Fi				(46/2)	(46/2)	
13.23	F13 häck Fi A+B						P10 (23)
13.36	F14 häck Fi						
13.40	F15 häck Fi						
13.44	F17 häck Fi						
13.55	P17 1500m (2)	F15 (17)		F14 tresteg (10)			
14.11	F17 1500m (1)						
14.21	P13 800m (2)		F17 (13)				
14.27	F10 600m (2)					F13 längd (45)	
14.32							F11 (36)
14.37	P11 600m (1)						
14.42	P12 600m (2)						
14.52	P14 1000m (1)						
14.58	P15 1000m (1)			P17 Längd (22)			
15.04	F12 200m (10)						
15.40	F15 200m (5)						
15.45							
16.00	F14 200m (7)						
16.10						P13 tresteg (9)	F12 (27)
16.20				P15 längd (16)			
16.30	F13 200m (11)						
17.40					Viktkastning	P17/F15	(3+10)
19.00					Viktkastning	F17/P15	(6+8)

Obs! I Längd/kula P/F12 och yngre har samtliga tävlande fyra försök!

- Grop 1 Mittengropen
- Grop 2 Gropen vid stavhoppet
- Grop 3 Gropen mot styrkehallen

# Kakservice

INBJUDER TILL

# MAIK INDOOR