

	Tidsprogram Tidiga UIF Vinterspel-16 Lördag 3 december 2016								161129	
OBS	60m Häck. Alla klasser springer final direkt på försökstid.					Avprickning i löpgrenar 45 min innan start ! (Avprickningslistor finns vid ingången till hallen)				
OBS	P9 60m och F9 60m. Har inga försök utan alla springer ett lopp.									
OBS	60m. Om 8 st. eller färre deltagare har prickat av sig så sker final på försökstid.									
	60m/ 60mh	200m	800/1000/1500	Höjd 1	Höjd 2	Längd 1 zon	Längd 2	Kula	Kulprick	
10.00	P15+P15 hä (1+3)					P11 (17)		F11 (15)	Kulprick (5)	10.00
10.05						4 hopp		4 stötar	Mixed	10.05
10.10	F13 häck(fö) (9)									10.10
10.15							F15 +P17+F17			10.15
10.20							(3+1+2)			10.20
10.25	P13 (5)						3 hopp+			10.25
10.30	P15 (fö) (9)						8 bästa 3 hopp			10.30
10.35				P13 (5)						10.35
10.40	Racerunning Mixed (6)									10.40
10.45										10.45
10.50										10.50
10.55	F13 (fö) (14)									10.55
11.00										11.00
11.05							P15 (10)			11.05
11.10	F11 häck (14)						3 hopp+			11.10
11.15							8 bästa 3 hopp			11.15
11.20	P11 häck (8)									11.20
11.25				F13 (4)				P13 (5)		11.25
11.30								3 stötar +		11.30
11.35	F15 (5)					F9 (14)		8 bästa 3 stöt	P9 (9)	11.35
11.40						4 hopp			4 stötar	11.40
11.45	F11(fö) (27)									11.45
11.50										11.50
11.55										11.55
12.00										12.00
12.05										12.05
12.10	F13 (fi)			P15+F15						12.10
12.15				(3+1)	F11 (14)					12.15
12.20	P11(fö) (23)									12.20
12.25										12.25
12.30							F13 (10) zon			12.30
12.35							3 hopp+			12.35
12.40	P9 (14)						8 bästa 3 hopp	P11 (7)		12.40
12.45								4 stötar		12.45
12.50	F9 (13)									12.50
12.55										12.55
13.00						P9 (12)				13.00
13.05	K+F17 (1+4)					4 hopp			F9 (11)	13.05
13.10	M+P17 (2+1)								4 stötar	13.10
13.15	P15 (fi)									13.15
13.20										13.20
13.25	P11(fi)							M+F17+P15+F15		13.25
13.30								(3+2+1+2)		13.30
13.35	F11(fi)							3 stötar +		13.35
13.40				P11 (13)			P13 (8) (zon)	8 bästa 3 stötar		13.40
13.45							3 hopp+			13.45

13.50						8 bästa 3 hopp		13.50
13.55					F11 (25)			13.55
14.00					4 hopp			14.00
14.05								14.05
14.10		F13 (8)						14.10
14.15								14.15
14.20								14.20
14.25		F15 (3)						14.25
14.30								14.30
14.35		P15 (9)						14.35
14.40							F13 (7)	14.40
14.45							3 stötar +	14.45
14.50		P13 (5)					8 bästa 3 stötar	14.50
14.55								14.55
15.00								15.00
15.05		P11 (13)						15.05
15.10								15.10
15.15								15.15
15.20								15.20
15.25		M+K+F17 (1+1+1)						15.25
15.30								15.30
15.35			M+K+P17+F17 (1500m)					15.35
15.40			(1+2+1+1)					15.40
15.45			P15+F15 1000m (2+2)					15.45
15.50								15.50
15.55			P13+F13 800m (4+2)					15.55
16.00								16.00
16.05		F11 (16)						16.05
16.10								16.10
16.15								16.15
16.20								16.20

Klass	Häckhöjd	Häckavstånd	Kulvikt	Längd	Höjd
P9	---	---	~2 kg	Hoppzon	
P11	~60 cm	~11,00/ 7,00	2 kg	Hoppzon	- 5cm ... -100-105- 110 - 113- 116- ... + 3cm
P13	76,2 cm, 6st	11,75 / 7,65	3 kg	Hoppzon	- 5 cm ... 111- 116- 121- 126 - 129- 132 ... + 3cm
P15	84 cm, 5st	13,00 / 8,50	4 kg	Planka	- 5 cm ... 122- 127 - 132- 137 - 140- 143- 146 ... + 3cm
P17	91,4 cm, 5st	13,72 / 8,90	5 kg	Planka	- 5 cm ... - 127 - 132- 137 - 140- 143- 146.-149-151- + 3cm
P19/ M	P19 100m	P19 13,72/9,14	6kg/7,26kg	Planka	
F9	---	---	~2 kg	Hoppzon	
F11	~60 cm	~11,00/ 7,00	2 kg	Hoppzon	- 5cm ... -100-105- 110 - 113- 116-... + 3cm
F13	68,6 cm, 6st	11,75 / 7,65	2 kg	Hoppzon	- 5cm... 111- 116- 121- 126 - 129- 132 ... + 3cm
F15	76,2cm, 5st	12,00 / 8,00	3 kg	Planka	- 5 cm ... 122-127-132- 137 - 140- 143... + 3cm
F17	76,2cm, 5st	13,00 / 8,50	3 kg	Planka	5 cm ... - 127 - 132- 137 - 140- 143- 146.-149-151-+ 3cm
F19/ K	84cm 5 st	13,00 / 8,50	4 kg	Planaka	

Flera grenar.

Vid deltagande i fler grenar prioriteras löpning. Om den tävlande måste gå ifrån en teknikgren, kastar eller hoppar han/hon sist i omgången då han/hon återkommer till grenen. Hinner han/hon inte det, så stryks han/hon från den omgången och fortsätter sedan som vanligt i nästa omgång.

60m De åtta bästa tiderna till final. Vid åtta eller färre avprickade = final direkt på försökstid

60mh Inga finallopp. Samlad resultatlista. **PF11 60mh** – springer med aluminiumhäck

Racerunning 40m och 60m. Springer final direkt, Samlad resultatlista.

200m Inga finallopp. Samlad resultatlista

800m, 1000m, 1500m Gemensam bana från start

Höjd Det går bra att börja på en lägre ingångshöjd, bara det stämmer med schema. Tex F13 106 cm.