

Fredag løp								Merk: kan endres etter avkryssing
Tidspun	Øvelse	Klasse	Type	Oppropsfrist	Callroom	Innmarsj	Medalje	-
11:00	100m	KU20	Forsøk	08:00	10:35	10:45		4 beste til semifinale + 4 tider
11:05	100m	KU20	Forsøk	08:05	10:40	10:50		4 beste til semifinale + 4 tider
11:10	100m	KU20	Forsøk	08:10	10:45	10:55		4 beste til semifinale + 4 tider
11:15	100m	KU20	Forsøk	08:15	10:50	11:00		4 beste til semifinale + 4 tider
11:20	100m	KU20	Forsøk	08:20	10:55	11:05		4 beste til semifinale + 4 tider
11:30	100m	KU23	Forsøk	08:30	11:05	11:15		3 beste til finalen + 2 tider
11:35	100m	KU23	Forsøk	08:35	11:10	11:20		3 beste til finalen + 2 tider
11:40	100m	MU23	Forsøk	08:40	11:15	11:25		2 beste til finalen + 2 tider
11:45	100m	MU23	Forsøk	08:45	11:20	11:30		2 beste til finalen + 2 tider
11:50	100m	MU23	Forsøk	08:50	11:25	11:35		2 beste til finalen + 2 tider
12:00	100m	MU20	Forsøk	09:00	11:35	11:45		3 beste til semifinale + 3 tider
12:05	100m	MU20	Forsøk	09:05	11:40	11:50		3 beste til semifinale + 3 tider
12:10	100m	MU20	Forsøk	09:10	11:45	11:55		3 beste til semifinale + 3 tider
12:15	100m	MU20	Forsøk	09:15	11:50	12:00		3 beste til semifinale + 3 tider
12:20	100m	MU20	Forsøk	09:20	11:55	12:05		3 beste til semifinale + 3 tider
12:25	100m	MU20	Forsøk	09:25	12:00	12:10		3 beste til semifinale + 3 tider
12:30	100m	MU20	Forsøk	09:30	12:05	12:15		3 beste til semifinale + 3 tider
12:55	1500m	KU20	Forsøk	09:55	12:30	12:45		5 beste til finalen + 2 tide
13:05	1500m	KU20	Forsøk	10:05	12:40	12:55		5 beste til finalen + 2 tide
13:15	1500m	MU20	Forsøk	10:15	12:50	13:05		3 beste til finalen + 3 tider
13:25	1500m	MU20	Forsøk	10:25	13:00	13:15		3 beste til finalen + 3 tider
13:35	1500m	MU20	Forsøk	10:35	13:10	13:20		3 beste til finalen + 3 tider
14:15	Åpning							
14:30	100m	MU20	Semifinale		14:05	14:15		2 beste til finalen + 2 tider
14:35	100m	MU20	Semifinale		14:10	14:20		2 beste til finalen + 2 tider
14:40	100m	MU20	Semifinale		14:15	14:25		2 beste til finalen + 2 tider
14:45	100m	KU20	Semifinale		14:20	14:30		2 beste til finalen + 2 tider
14:50	100m	KU20	Semifinale		14:25	14:35		2 beste til finalen + 2 tider
14:55	100m	KU20	Semifinale		14:30	14:40		2 beste til finalen + 2 tider
16:25	3000m hinder	MU20	Finale	13:25	16:00	16:10	16:55	
17:10	3000m kapppgang	Alle	Finale	14:10	16:45	16:55	17:50	
17:40	100m	KU23	Finale		17:15	17:25	17:55	
17:45	100m	MU23	Finale		17:20	17:30	18:00	
17:50	100m	KU20	Finale		17:25	17:35	18:05	
17:55	100m	MU20	Finale		17:30	17:40	18:10	
18:20	400m	MU23	Forsøk	15:20	17:55	18:05		3 beste til finalen + 2 tider

18:25	400m	MU23	Forsøk	15:25	18:00	18:10		3 beste til finalen + 2 tider
18:30	400m	MU20	Forsøk	15:30	18:05	18:15		3 beste til semifinale + 4 tider
18:35	400m	MU20	Forsøk	15:35	18:10	18:20		3 beste til semifinale + 4 tider
18:40	400m	MU20	Forsøk	15:40	18:15	18:25		3 beste til semifinale + 4 tider
18:45	400m	MU20	Forsøk	15:45	18:20	18:30		3 beste til semifinale + 4 tider
18:50	400m	KU20	Forsøk	15:50	18:25	18:35		3 beste til finalen + 2 tider
18:55	400m	KU20	Forsøk	15:55	18:30	18:40		3 beste til finalen + 2 tider
Forsøk på 1500m KU23 og MU23 utgår, direkte finale								
Forsøk på 400m KU23 utgår, direkte finale								
Fredag Tekniske Øvelser								
Tidspun	Øvelse	Klasse	Type	Oppropsfrist	Callroom	Innmarsj	Medalje	
Kast								
14:30	Slegge	KU23	Finale	11:30	13:50	14:00	Fulgt fra konkurranse	
16:40	Kule	KU20/KU23	Finale	12:40	16:00	16:10	Fulgt fra konkurranse	
16:20	Diskos	MU20/MU23	Finale	13:20	15:40	15:50	Fulgt fra konkurranse	
19:00	Slegge	KU20	Finale	16:00	18:20	18:30	Fulgt fra konkurranse	
Hopp								
12:00	Lengde - Grop 1	KU20	Kvalifisering	09:00	11:20	11:30		Q = 5.35m
12:00	Lengde - Grop 2	KU20	Kvalifisering	09:00	11:20	11:30		Q = 5.35m
15:30	Høyde	KU20/KU23	Finale	12:30	14:50	15:00	Fulgt fra konkurranse	
16:30	Lengde - Grop 1	MU23	Finale	13:30	15:50	16:00	Fulgt fra konkurranse	
18:00	Stav	KU20/KU23	Finale	15:00	16:50	17:00	Fulgt fra konkurranse	
19:00	Lengde - Grop 1	MU20	Finale	16:00	18:20	18:30	Fulgt fra konkurranse	