

DIPLOM-IS-SPELEN SÖND 29 NOV 2009, MÄSSHALLEN, ÖREBRO

Välkommen!

Ev. efteranmälningar görs i sekretariatet inne i hallen, och betalas kontant med 100:-/start.

NUMMERLAPPAR hämtas **föreningsvis** i sekretariatet. De med **NAMN** på används i hopp, kast, sprint.

De med **NUMMER** används på **600/800/1000m**.

Avprickning i löpgrenarna senast 30 minuter före start.

Längd, tresteg och kula har upprop 10 min före grenstart.

Vidarekvalificering till final på 60 m: heatsegrare plus tider.

På 200 m heatindelas efter angivna tider. För slutplacering är tiderna avgörande oavsett heat.

GLASS hämtas i cafeterian mot uppvisande av nummerlapp.

OBS! Gamla tjuvstartsregler gäller fortfarande (året ut).

TIDSPROGRAM

	60 M	200 M	400 M	600,800,1000 M	LÄNGD, TRESTEG	KULA	
10.00	P9 försök				F9	F13	10.00
10.15	F11 försök						10.15
10.35	P11 försök						10.35
10.50	F13 försök						10.50
11.00					P9	P11	11.00
11.05	P13 försök						11.05
11.20	F9 försök						11.20
11.30	F15 försök						11.30
11.40	F11 final						11.40
11.45	P11 final					F9	11.45
11.50	F17, KV						11.50
11.55	P15, P17						11.55
12.00	MÄN				F11		12.00
12.05	F13 final						12.05
12.10	P13 final						12.10
12.15	P9 final						12.15
12.20	F9 final						12.20
12.25	F15 final						12.25
12.30						P13	12.30
12.55				F9			12.55
13.00					P11		13.00
13.05				P9			13.05
13.15				MÄN, KV		P9	13.15
13.25	F11						13.25
13.50	F13						13.50
14.15						F11	14.15
14.20	F15						14.20
14.30					F13		14.30
14.35	F17						14.35
14.40	KV						14.40
14.45	P11						14.45
15.10	P13						15.10
15.15						F15, F17	15.15
15.30	P15						15.30
15.35	P17						15.35
15.45				F11			15.45
15.50					P13		15.50
15.55				P11			15.55
16.05				F13		P15, MÄN, KV	16.05
16.10				F15			16.10
16.20				P13			16.20
16.30				P15			16.30
16.40					F15, F17, P15, MÄN		16.40
16.45			MÄN				16.45
16.50			P17				16.50
16.55			F17				16.55
17.00			KV				17.00