



# TIDSPROGRAM

# HÄCXKSAN

LÖRDAG 9/2



<u>Tid</u>	<u>Löpningar</u>	<u>Teknikgrenar</u>
14.00	Häck F12 fö (2)	K Längd (8)
14.08	Häck F13 fö (1)	
14.14	Häck P12/P13 fö (1)	
14.20	Häck F14/F15 fö (1)	
14.26	Häck F17 fö (2)	
14.35	Häck P14/P15 fö (1)	
14.40	Häck F19 fö (1)	M Höjd (4)
14.45	Häck K fö (1)	
14.52	Häck P17 fö (1)	
14.58	Häck P19 fö (1)	
15.04	Häck M fö (2)	
15.15	60m M fö (5)	
15.35	60m K fö (3)	
15.48	Häck F12 B-A Final	
15.55	Häck F13 Final	K Höjd (5) M Längd (6)
16.00	Häck P12/P13 Final	
16.05	Häck F14/F15 Final	
16.10	Häck F17 B-A Final	
16.18	Häck P14/P15 Final	
16.25	Häck F19 Final	
16.30	Häck K Final	
16.35	Häck P17 Final	
16.40	Häck P19 Final	
16.45	Häck Män B-A Final	
16.55	60m M C-B-A Final	M/K Tresteg (3+1)
17.03	60m K B-A Final	
17.10	3000m M Final	
17.25	800m K Final	
17.29	800m M Final	
17.33	200m M F-E-D-C-B-A Final	
17.57	200m K F-E-D-C-B-A Final	
18.21	400m K B-A Final	

**Välkommen till HäcXksan! Detta är en avspänd tävling med häcklöpning som utgångspunkt.**

**Avprickning:** 60 min före start i löpgrenarna.

**Nummerlappar:** Endast på 800 och 3000 meter. Utdelas vid start.  
**Efteranmälan:** Så långt det bara är möjligt.  
**Uppvärmning:** I Slottskogshallen eller på långa rakbanan.  
**200m:** Bana 1 går tom i alla lopp!

***GFIF***