

Veteran-SM Karlstad 2024

Tidsprogram fredag 2/8

Tid	Löpning	Höjd	Längd	Diskus	Spjut	Vikt
09:30						K50 (8) K55 (10)
10:00	M45 800m (13)		K35 (6) K40 (7)	M35 (4) M40 (3)	K60 (5) K65 (3) K70 (1)	
10:10	M60 800m (12)					
10:20	M50 800m (14)					
10:30	M55 800m (16)	M45 (6)				
10:40	M75 800m (5) M80 800m (6) M85 800m (1)					
10:50	M65 800m (8) M70 800m (6)			M60 (19)		
11:00	M35 800m (7) M40 800m (7)					
11:10	K35 800m (6) K40 800m (5)					
11:20	K45 800m (6) K50 800m (9)					M50 (8) M55 (10)
11:30	K55 800m (8) K60 800m (3)	M65 (5)	M75 (7) M80 (6) M85 (1) M90 (2)		K35 (5) K75 (2) K80 (1) K90 (1)	
11:40	K65 800m (4) K70 800m (1) K75 800m (2)					
11:55	M45 100m fö (11)					
12:00	M35 100m fö (10)					
12:10	M55 100m fö (12)					
12:20	M60 100m fö (11)			M45 (11)		
12:35	M65 100m fö (14)					
12:40		M60 (9)				
12:45	M70 100m fö (10)				K55 (12)	
12:50						M70 (8) M85 (1) M90 (3)
12:55	K45 100m fö (15)					
13:00	M50 100m fö (15)					
13:05	K50 100m fö (10)					
13:15	K55 100m fö (9)					
13:20			K50 (8)			
13:30	5000m seed 5			M65 (15)		
14:00	5000m seed 4				K40 (7)	

Tid	Löpning	Höjd	Längd	Diskus	Spjut	Vikt
14:10		M35 (3) M40 (2)				M75 (9) M80 (4)
14:20			K55 (6) K60 (5)			
14:30	5000m seed 3					
14:50				M55 (12)		
15:00	5000m seed 2				K45 (13)	
15:20						K60 (7)
15:30	5000m seed 1	M50 (4) M55 (4)	K45 (8)			
16:00				M75 (10)		
16:10						K65 (2) K70 (1) K75 (3) K80 (2) K90 (1)
16:15	M35 400m Häck (1) M40 400m Häck (1) M45 400m Häck (1)				K50 (12)	
16:20	M50 400m Häck (4) M55 400m Häck (1)					
16:25	K40 400m Häck (3) K45 400m Häck (2)					
16:40	M60 300m Häck (4)					
16:45	M65 300m Häck (4)					
16:55	K50 300m Häck (3)		K65 (2) K70 (2) K80 (1)			
17:00	K65 300m Häck (1) M70 300m Häck (2)					
17:05						K40 (6) K45 (5)
17:10				M50 (8)		
17:15	K70 200m Häck (1) M80 200m Häck (1) M85 200m Häck (1)					
17:30	K40 100m (6)					
17:40	K65 100m (4) K70 100m (3)					
17:45	K60 100m (7)					
17:50	K75 100m (2) K80 100m (3)					
18:00	K35 100m (8)					
18:05	M55 100m fi					
18:10				M80 (4) M85 (3) M90 (3)		M60 (13)
18:15	K55 100m fi					

Tid	Löpning	Höjd	Längd	Diskus	Spjut	Vikt
18:20	K45 100m fi					
18:30	M35 100m fi					
18:35	M40 100m (8)					
18:45	M45 100m fi					
18:50	M50 100m fi					
19:00	M60 100m fi					
19:05	M65 100m fi					
19:10						K35 (3) M65 (6)
19:15	M70 100m fi			M70 (11)		
19:20	M75 100m (6)					
19:30	M80 100m (6)					
19:35	M85 100m (3) M90 100m (1)					
19:40	K50 100m fi					
20:00	K 3000m gång M 5000m gång					M35 (3) M45 (6)

Uppdaterad 20240730