



DM inde i Mangekamp og DM inde for Master

Lø. d. 3. og sø. d. 4.2 2018

UDKAST TIL TIDSSKEMA DM INDE MANGEKAMP OG MASTER LØRDAG D. 3. FEBRUAR 2018 I RANDERS ATLETIKHAL

Tid	Løbeøvelse	deltagere	Bemærkning			Højde 1	Længde	Kugle	Stang	UDEKAST
11.00	60 m.	M+D22				K MASTER		M MASTER		
11.10	60 m.	D19								
11.25	60 mH	P15								
11.35	60 mH	D15					M+D22			
11.45	60 mH	D17								
12.00	60 m.	K MASTER				M MASTER				
12.20	60 m.	M MASTER							D15+D17	
12.30							D19	K MASTER		
12.45										
13.00						P15		M+D22		
13.30	400 m.	K MASTER								
14.00	400 m.	M MASTER						D19		DISKOS K/M
14.30						M+D22			K+M MASTER	
15.00								P15		
15.30	1500 m	K MASTER				D19				
15.45								D15+D17		
16.00	1500 m	M MASTER								
16.45						D15+17				
17.00										
17.30										
18.00	800 m.	P15								
18.30	1000 m.	D15								
18.40	1000 m.	D17								

M+D22	MANGEKAMP LØ. 60, LÆ, KU, HØ
P15	MANGEKAMP 60H, HØ, KU, 800
D19	MANGEKAMP LØ. 60, LÆ, KU, HØ
D15+D17	MANGEKAMP 60H, ST, KU, HØ, 1000
K MASTER	INDIVIDUELT LØ. 60, 400, 1500, HØ, ST, KU + DI(UDE)
M MASTER	INDIVIDUELT LØ. 60, 400, 1500, HØ, ST, KU + DI(UDE)



DM inde i Mangekamp og DM inde for Master

Lø. d. 3. og sø. d. 4.2 2018

UDKAST TIL TIDSSKEMA DM INDE MANGEKAMP OG MASTER SØNDAG D. 4. FEBRUAR 2018 I RANDERS ATLETIKHAL

Tid	Løbeøvelse	Deltagere	Bemærkning	Trespring	Højde	Længde 1+2	Kugle	Stang	UDEKAST
11.00	60mH	P17		K+M Master					
11.10	60mH	P19+P22+K							
11.20	60mH	D19							
11.30	60 mH	M+D22							
11.40	60mH	K MASTER + K MAST. MA.							
11.50	60mH	M MAST. MA.							
12.00	60mH	M MASTER				K MASTER		D19	HAMMER+ VÆGT K/M
12.10					P17+P19+P22 + K + K MAS- TER MANGE.				
12.30	3000 m.	K MASTER							
13.00	3000 m.	M MASTER			M MAST. MK	M MASTER		M+D22	
13.30	200 m.	K MASTER					P17+P19+P22+K + K MASTER MANGE.		
14.00	200 m.	M MASTER							
14.30	800 m.	K MASTER					M MAST. MK		
15.00	800 m.	M MASTER				P17+P19+P22+ K + K MASTER MANGE.			
15.30	4X200 m.	K+M MASTER							
16.00	1000 m.	D19				M MAST. MK			
16.30	1000 m.	M+D22							
16.45	800 m.	P17+P19+P22+K + K MASTER MANG.							
17.00	1000 m.	M MAST. MK							

M+D22 MANGEKAMP SØ. 60H, STANG, 1000

P17+P19+P22+K MANGEKAMP SØ. 60H, HØ, KU, LÆ, 800

D19 MANGEKAMP SØ. 60H, STANG, 1000

K MASTER MANG. MANGEKAMP 60H, HØ, KU, LÆ, 1000

M MAST. MAN. MANGEKAMP 60H, HØ, KU, LÆ, 1000

K MASTER INDIVIDUELT SØ. 60 H, 200, 800, 3000, 4X200, TRE, LÆ + VÆ & HA(UDE)

M MASTER INDIVIDUELT SØ. 60 H, 200, 800, 3000, 4X200, TRE, LÆ + VÆ & HA(UDE)