



TIDSPROGRAM

HÄCXKSAN

SÖNDAG 12/2



<u>Tid</u>	<u>Löpningar</u>	<u>Teknikgrenar</u>
11.00	Häck F12/F13 fö	K Längd
11.10	Häck P12 fö	
11.15	Häck P13 fö	
11.25	Häck F14 fö	
11.30	Häck F15 fö	
11.40	Häck F17 fö	
11.45	Häck P14/P15 fö	
11.55	Häck F19/K fö	
12.05	Häck P17 fö	
12.15	Häck P19 fö	
12.20	Häck M fö	
12.30	Häck F12/F13 Fi	M Längd / MK Tresteg
12.35	Häck P12 Fi	
12.40	Häck P13 Fi	
12.50	Häck F14 Fi	
12.55	Häck F15 Fi	
13.05	Häck F17 Fi	
13.15	Häck P14/P15 Fi	
13.25	Häck F19/K Fi	
13.30	Häck P17 Fi	
13.35	Häck P19 Fi	
13.40	Häck M Fi	
13.50	60m M A-B	
13.55	60m K A-B	
14.10	800m K	
14.20	800m M A-B	
14.40	200m K	
14.50	200m M	

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

Avprickning: Senast 45 min före start i löpgrenarna
Nummerlappar: Endast på 800 meter. Utdelas vid start.
Efteranmälan: Så långt det bara är möjligt

Örgryte IS Friidrottsklubb