



TIDSPROGRAM

HÄCXKSAN

LÖRDAG 10/2



<u>Tid</u>	<u>Löpningar</u>	<u>Teknikgrenar</u>
12.30		K Stav (6)
13.45		M Längd (19)
14.00	Häck F12/F13 fö (9)	
14.10	Häck P12/P13 fö (3)	
14.20	Häck F14/F15 fö (10)	
14.30	Häck F17 fö (8)	M Stav (5)
14.40	Häck P14/P15 fö (9)	
14.50	Häck F19/K fö (11)	
15.00	Häck P17 fö (9)	
15.10	Häck P19 fö (6)	K Längd (10)
15.20	Häck M fö (6)	
15.30	Häck F12/F13 Fi	
15.40	Häck P12/P13 Fi	
15.50	Häck F14/F15 Fi	
16.00	Häck F17 Fi	
16.10	Häck P14/P15 Fi	
16.20	Häck F19/K Fi	
16.30	Häck P17 Fi	M/K Tresteg (19)
16.40	Häck P19 Fi	
16.50	Häck M Fi	
17.00	60m M (22)	
17.10	60m K (15)	
17.20	800m K (4)	
17.25	800m M (4)	
17.30	200m K (14)	
17.45	200m M (24)	

**Välkommen till HäcXksan! Detta är en avspänd tävling med häcklöpning som utgångspunkt.
OBS! Samtliga häcklöpare är garanterade två lopp!**

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

Göteborgs Friidrottsförbund