



# Tidsskjema UM innendørs 2023 - fredag 3. mars



UM 2023  
ULSTEINVIK

Start	Klasse	Øving	Øvingsinfo	Siste frist oppmøte callroom	Innmarsj frå callroom	Premie utdeling
<b>LØP:</b>						
Kl. 1530	G U20	60m hekk (forsøk)	100cm/9,14m	Kl. 1505	Kl. 1510	
Kl. 1540	J U20	60m hekk (forsøk)	84,0cm/8,5m	Kl. 1515	Kl. 1520	
Kl. 1550	G 15	60m hekk (forsøk)	84,0cm/8,5m	Kl. 1525	Kl. 1530	
Kl. 1600	J 16	60m hekk (forsøk)	76,2cm/8m	Kl. 1535	Kl. 1540	
Kl. 1610	J 15	60m hekk (forsøk)	76,2cm/8m	Kl. 1545	Kl. 1550	
Kl. 1620	<b>Åpning av UM</b>					
Kl. 1635	G 17	60m hekk (Direkte finale)	91,4cm/9,14m	Kl. 1610	Kl. 1615	Kl. 1730
Kl. 1640	G U20	60m hekk (Finale)	100cm/9,14m	Kl. 1615	Kl. 1620	Kl. 1730
kl. 1650	G 15	60m hekk (Finale)	84,0cm/8,5m	Kl. 1625	Kl. 1630	Kl. 1730
kl. 1655	G 16	60m hekk (Direkte finale)	91,4cm/8,5m	Kl. 1630	Kl. 1635	Kl. 1730
Kl. 1700	J U20	60m hekk (Direkte finale)	84,0cm/8,5m	Kl. 1635	Kl. 1640	Kl. 1730
Kl. 1710	J 17	60m hekk (Direkte finale)	76,2/8,5m	Kl. 1645	Kl. 1650	Kl. 1730
Kl. 1720	J 16	60m hekk (Finale)	76,2cm/8m	Kl. 1655	Kl. 1700	Kl. 1800
Kl. 1725	J 15	60m hekk (Finale)	76,2cm/8m	Kl. 1700	Kl. 1705	Kl. 1800
Kl. 1745	G U23	400m	2 heat	Kl. 1725	Kl. 1730	Kl. 1840
Kl. 1755	G U20	400m	3 heat	Kl. 1735	Kl. 1740	Kl. 1840
Kl. 1810	G 17	400m	2 heat	Kl. 1750	Kl. 1755	Kl. 1840
Kl. 1820	J U23	400m	1 heat	Kl. 1800	Kl. 1805	Kl. 1840
Kl. 1825	J U20	400m	3 heat	Kl. 1805	Kl. 1810	Kl. 1910
Kl. 1835	J 17	400m	1 heat	Kl. 1815	Kl. 1820	Kl. 1910
Kl. 1855	G 15/16 + J15/16/17	Kappgang		Kl. 1830	Kl. 1835	Kl. 1925
Kl. 1915	J 15	60m forsøk	3 heat	Kl. 1855	Kl. 1900	
Kl. 1930	J 16	60m forsøk	3 heat	Kl. 1910	Kl. 1915	
Kl. 1945	G 16	60m forsøk	5 heat	Kl. 1925	Kl. 1930	
Kl. 2005	G 15	60m forsøk	4 heat	Kl. 1945	Kl. 1950	
<b>KAST:</b>						
Kl. 1630	J 15	Kule	3 kg	Kl. 1555	Kl. 1600	Kl. 1810
Kl. 1740	G 15	Kule	4 kg	Kl. 1705	Kl. 1710	Kl. 1915
Kl. 1850	G 16	Kule	5 kg	Kl. 1815	Kl. 1820	Kl. 2000
<b>HOPP:</b>						
Kl. 1530	G 16	Tresteg	Grop 1	Kl. 1455	Kl. 1500	Kl. 1640
Kl. 1530	G 17	Tresteg	Grop 1	Kl. 1455	Kl. 1500	Kl. 1640
Kl. 1600	J 17	Tresteg	Grop 2	Kl. 1525	Kl. 1530	Kl. 1700
Kl. 1630	J 16	Tresteg	Grop 1	Kl. 1555	Kl. 1600	Kl. 1750
Kl. 1750	J 15	Tresteg	Grop 2	Kl. 1715	Kl. 1720	Kl. 1905
Kl. 1750	J U20/U23	Tresteg	Grop 1	Kl. 1715	Kl. 1720	Kl. 1905
Kl. 1855	G 15	Tresteg	Grop 2	Kl. 1820	Kl. 1825	Kl. 1955
Kl. 1900	G U20/U23	Tresteg	Grop 1	Kl. 1825	Kl. 1830	Kl. 1955



# Tidsskjema UM innendørs 2023 - laurdag 4. mars



UM 2023  
ULSTEINVIK

Start	Klasse	Øving	Øvingsinfo	Siste frist oppmøte callroom	Innmarsj frå callroom	Premie utdeling
<b>LØP:</b>						
Kl. 1030	G U20	60m forsøk	6 heat	Kl. 1010	Kl. 1015	
Kl. 1100	J U20	60m forsøk	4 heat	Kl. 1040	Kl. 1045	
Kl. 1125	J 17	60m forsøk	3 heat	Kl. 1105	Kl. 1110	
Kl. 1140	G 17	60m forsøk	3 heat	Kl. 1120	Kl. 1125	
Kl. 1155	G U23	60m forsøk	3 heat	Kl. 1135	Kl. 1140	
Kl. 1210	J U23	60m forsøk	2 heat	Kl. 1150	Kl. 1155	
Kl. 1220	G 15	60m semifinale	2 semifinaler	Kl. 1200	Kl. 1205	
Kl. 1230	G U20	60m semifinale	3 semifinaler	Kl. 1210	Kl. 1215	
Kl. 1245	J U20	60m semifinale	2 semifinaler	Kl. 1225	Kl. 1230	
Kl. 1255	G 16	60m semifinale	2 semifinaler	Kl. 1235	Kl. 1240	
Kl. 1310	G 17	60m finale		Kl. 1250	Kl. 1255	Kl. 1340
Kl. 1315	J 17	60m finale		Kl. 1255	Kl. 1300	Kl. 1430
Kl. 1320	G U23	60m finale		Kl. 1300	Kl. 1305	Kl. 1350
Kl. 1325	J U23	60m finale		Kl. 1305	Kl. 1310	Kl. 1400
Kl. 1330	J 15	60m finale		Kl. 1310	Kl. 1315	Kl. 1400
Kl. 1335	J 16	60m finale		Kl. 1315	Kl. 1320	Kl. 1400
Kl. 1340	G 15	60m finale		Kl. 1320	Kl. 1325	Kl. 1410
Kl. 1345	J U20	60m finale		Kl. 1325	Kl. 1330	Kl. 1420
Kl. 1350	G U20	60m finale		Kl. 1330	Kl. 1335	Kl. 1420
Kl. 1355	G 16	60m finale		Kl. 1335	Kl. 1340	Kl. 1435
Kl. 1410	G15	800m	2 heat	Kl. 1350	Kl. 1355	Kl. 1500
Kl. 1420	G 16	800m	3 heat	Kl. 1400	Kl. 1405	Kl. 1505
Kl. 1435	G 17	800m	2 heat	Kl. 1415	Kl. 1420	Kl. 1510
Kl. 1445	G U20	800m	2 heat	Kl. 1425	Kl. 1430	Kl. 1515
Kl. 1455	G U23	800m	1 heat	Kl. 1435	Kl. 1440	Kl. 1530
Kl. 1505	J 15	800m	1 heat	Kl. 1445	Kl. 1450	Kl. 1530
Kl. 1510	J 16	800m	1 heat	Kl. 1450	Kl. 1455	Kl. 1530
Kl. 1515	J 17	800m	1 heat	Kl. 1455	Kl. 1500	Kl. 1530
Kl. 1520	J U20	800m	1 heat	Kl. 1500	Kl. 1505	Kl. 1530
Kl. 1525	J U23	800m	1 heat	Kl. 1505	Kl. 1510	Kl. 1530
Kl. 1600	J 15	200m forsøk	4 heat	Kl. 1540	Kl. 1545	
Kl. 1620	J 16	200m forsøk	4 heat	Kl. 1600	Kl. 1605	
Kl. 1640	G 15	200m forsøk	6 heat	Kl. 1620	Kl. 1625	
Kl. 1705	G 16	200m forsøk	7 heat	Kl. 1645	Kl. 1650	



# Tidsskjema UM innendørs 2023 - laurdag 4. mars



Start	Klasse	Øving	Øvingsinfo	Siste frist oppmøte callroom	Innmarsj frå callroom	Premie utdeling
<b>KAST:</b>						
Kl. 1245	J 16	Kule	3 kg	Kl. 1210	Kl. 1215	Kl. 1355
Kl. 1330	G 17	Kule	5 kg	Kl. 1255	Kl. 1300	Kl. 1440
Kl. 1420	G U20/GU23	Kule	6 kg/7,26 kg	Kl. 1345	Kl. 1350	Kl. 1540
Kl. 1530	J 17	Kule	3 kg	Kl. 1455	Kl. 1500	Kl. 1540
<b>HOPP:</b>						
Kl. 1000	J 15	Lengde	Grop 1	Kl. 0925	Kl. 0930	Kl. 1140
Kl. 1000	G 15	Lengde kvalik gruppe 1	Grop 2	Kl. 0925	Kl. 0930	
Kl. 1040	G 15	Lengde kvalik gruppe 2	Grop 2	Kl. 1005	Kl. 1010	
Kl. 1125	G 16	Lengde	Grop 2	Kl. 1050	Kl. 1055	Kl. 1255
Kl. 1130	J 16	Lengde	Grop 1	Kl. 1155	Kl. 1100	Kl. 1340
Kl. 1340	J 17	Lengde	Grop 1	Kl. 1305	Kl. 1310	Kl. 1450
Kl. 1430	G 15	Lengde finale	Grop 1	Kl. 1355	Kl. 1400	Kl. 1600
Kl. 1535	G 17	Lengde	Grop 1	Kl. 1500	Kl. 1505	Kl. 1655
Kl. 1000	G 16 og G17	Stav		Kl. 0855	Kl. 0900 *)	Kl. 1110
Kl. 1300	G U20 + U23	Stav		Kl. 1155	Kl. 1200 *)	Kl. 1500
Kl. 1550	G 15	Stav		Kl. 1445	Kl. 1450 *)	Kl. 1250
Kl. 1220	J 17	Høgde		Kl. 1145	Kl. 1150	Kl. 1255
Kl. 1410	J U20 og J U23	Høgde		Kl. 1335	Kl. 1340	Kl. 1530
Kl. 1520	G U20 og G U23	Høgde		Kl. 1445	Kl. 1450	Kl. 1530

\*) Stav gitar kan få gå inn på bana ein time før start. Dei som ønsker det kan gå inn seinare



# Tidsskjema UM innendørs 2023 - søndag 5. mars



Start	Klasse	Øving	Øvingsinfo	Siste frist oppmøte callroom	Innmarsj frå callroom	Premie utdeling
<b>LØP:</b>						
Kl. 0930	G U20	200m forsøk	10 heat	Kl. 0910	Kl. 0915	
Kl. 1015	J 17	200m forsøk	4 heat	Kl. 0955	Kl.1000	
Kl. 1035	G 17	200m forsøk	5 heat	Kl. 1015	Kl. 1020	
Kl. 1055	J U20	200m forsøk	6 heat	Kl. 1035	Kl. 1040	
Kl. 1125	J U23	200m forsøk	2 heat	Kl. 1105	Kl. 1110	
Kl. 1135	G U23	200m forsøk	6 heat	Kl. 1115	Kl. 1120	
Kl. 1210	G 15	200m finale		Kl. 1150	Kl. 1155	Kl. 1225
Kl. 1215	G 16	200m finale		Kl. 1155	Kl. 1200	Kl. 1230
Kl. 1220	G 17	200m finale		Kl. 1200	Kl. 1205	Kl. 1235
Kl. 1230	J 15	200m finale		Kl. 1210	Kl. 1215	Kl. 1250
Kl. 1235	J 16	200m finale		Kl. 1215	Kl. 1220	Kl. 1255
Kl. 1240	J 17	200m finale		Kl. 1220	Kl. 1225	Kl. 1300
Kl. 1245	J U20	200m finale		Kl. 1225	Kl. 1230	Kl. 1305
Kl. 1250	J U23	200m finale		Kl. 1230	Kl. 1235	Kl. 1310
Kl. 1255	G U23	200m finale		Kl. 1235	Kl. 1240	Kl. 1315
Kl. 1300	G U20	200m finale		Kl. 1240	Kl. 1245	Kl. 1320
Kl. 1314	G 15	1500m	1 heat	Kl. 1255	Kl. 1300	Kl. 1335
Kl. 1322	G 16	1500m	1 heat	Kl. 1302	Kl. 1307	Kl. 1345
Kl. 1330	G 17	1500m	1 heat	Kl. 1310	Kl. 1315	Kl. 1350
Kl. 1340	G U20	1500m	1 heat	Kl. 1320	Kl. 1325	Kl. 1400
Kl. 1350	J 15	1500m	1 heat	Kl. 1330	Kl. 1335	Kl. 1410
Kl. 1400	J 16/17	1500m	1 heat	Kl. 1340	Kl. 1345	Kl. 1415
Kl. 1410	J U20/U23	1500m	1 heat	Kl. 1350	Kl. 1355	Kl. 1420
Kl. 1430	G 15/16/17	Stafett		Kl. 1405	Kl. 1410	Kl. 1445
Kl. 1440	G U20/U23	Stafett		Kl. 1415	Kl. 1420	Kl. 1455
Kl. 1450	J 15/16/17	Stafett		Kl. 1425	Kl. 1430	Kl. 1505
Kl. 1500	J U20/U23	Stafett		Kl. 1435	Kl. 1440	Kl. 1515
<b>KAST:</b>						
Kl. 1200	J U23	Kule	4 kg	Kl. 1125	Kl. 1130	Kl. 1300
Kl. 1310	J U20	Kule	4 kg	Kl. 1235	Kl. 1240	Kl. 1430
<b>HOPP:</b>						
Kl. 0940	J 15	Stav		Kl. 0835	Kl. 0840 *)	Kl. 1110
Kl. 1130	J 16 og J17	Stav		Kl. 1025	Kl. 1030 *)	Kl. 1305
Kl. 1320	J U20/U23	Stav		Kl. 1215	Kl. 1220 *)	Kl. 1430
Kl. 1000	J 16	Høgde 1		Kl. 0925	Kl. 0930	Kl. 1120
Kl. 1000	G 15	Høgde 2		Kl. 0925	Kl. 0930	Kl. 1145
Kl. 1120	J 15	Høgde 1		Kl. 1045	Kl. 1050	Kl. 1300
Kl. 1140	G 17	Høgde 2		Kl. 1105	Kl. 1110	Kl. 1300
Kl. 1240	G 16	Høgde 1		Kl. 1205	Kl.1210	Kl. 1355
Kl. 0930	J U20	Lengde Kvalifisering	Grop 2	Kl. 0855	Kl. 0900	
Kl. 1020	G U23	Lengde	Grop 1	Kl. 0945	Kl. 0950	Kl. 1155
Kl. 1020	J U23	Lengde	Grop 1	Kl. 0945	Kl. 0950	Kl. 1155
Kl. 1135	G U20	Lengde	Grop 1	Kl. 1100	Kl. 1105	Kl. 1310
Kl. 1320	J U20	Lengde finale	Grop 1	Kl. 1245	Kl. 1250	Kl. 1435

\*) Stav jenter kan få gå inn på bana ein time før start. Dei som ønsker det kan gå inn seinare