

Job Zone Norway Games 2011 – Bislett Stadion

Torsdag 18. august 2011

SLEGGJE			SLEGGJE		
Kl. 18.00	Slegge 3kg	J.14	Kl. 19.15	Slegge 4kg	G.14
Kl. 18.00	Slegge 3kg	J.15	Kl. 19.15	Slegge 4kg	G.15
Kl. 18.00	Slegge 4kg	J.16	Kl. 19.15	Slegge 5kg	G.16
Kl. 18.00	Slegge 4kg	J.17	Kl. 19.15	Slegge 5kg	G.17
Kl. 18.00	Slegge 4kg	J.18/19	Kl. 19.15	Slegge 6kg	G.18/19
Kl. 18.00	Slegge 4kg	KS	Kl. 19.15	Slegge 7.26kg	MS

Fredag 19. august 2011

LØP			HOPP / KAST		
Kl.17.00	60m HK (76,2) tid avgj.	J.13	HØYDE		
Kl.17.10	60m HK (76,2) tid avgj.	J.14	Kl.17.00	Høyde	J.11
Kl.17.30	80m HK (76,2) tid avgj.	J.15	Kl.17.00	Høyde	J.12
Kl.17.35	80m HK (76,2) tid avgj.	J.16	Kl.18.00	Høyde	G.12
			Kl.18.00	Høyde	G.11
Kl.17.50	100m, forsøk/finale	G.17	LENGDE satssone 50 cm		
Kl.18.00	100m, forsøk/finale	G.18/19	Kl.17.00	Lengde, grup 1	G.14
Kl.18.10	100m, forsøk/finale	MS	Kl.17.00	Lengde, grup 2	G.13
Kl.18.20	100m, forsøk/finale	J.17	Kl.18.00	Lengde, grup 1	J.14
Kl.18.30	100m, forsøk/finale	J.18/19	Kl.18.00	Lengde, grup 2	J.13
Kl.18.40	100m, forsøk/finale	KS	TRESTEG		
Kl.18.50	3000m	J.16	Kl.19.15	Tresteg, grup 1	G.15
Kl.18.50	3000m	J.17	Kl.19.15	Tresteg, grup 1	G.16
Kl.18.50	3000m	J.18/19	KULE		
Kl.18.50	3000m	KS	Kl.17.30	Kule 4.0kg	G.15
Kl.19.05	600m, tid avgj.	J.11	Kl.17.30	Kule 5.0kg	G.16
Kl.19.15	600m, tid avgj.	J.12	Kl.18.00	Kule 3.0kg	J.15
Kl.19.25	600m, tid avgj.	G.12	Kl.18.00	Kule 3.0kg	J.16
Kl.19.35	600m, tid avgj.	G.11	DISKOS		
Kl.19.45	100m, finale evt. andre finaler	G.17	Kl.19.00	Diskos 1.0kg	G.14
			Kl.19.00	Diskos 0.75kg	G.13
Kl.20.00	2000m hinder	G.17	Kl.19.30	Diskos 0.6kg	J.13
Kl.20.00	2000m hinder	G.18/19	SPYD		
			Kl.17.00	Spyd 0.6kg	J.17
			Kl.17.00	Spyd 0.6kg	J.18/19
			Kl.17.00	Spyd 0.6kg	KS

Lørdag 20. august 2011 (formiddag)

LØP

Kl.10.00	60m HK (68,0) tid avgj.	G.11
Kl.10.10	60m HK (68,0) tid avgj.	J.11
Kl.10.25	60m HK (68,0) tid avgj.	J.12
Kl.10.40	60m HK (76,2) tid avgj.	G.12
Kl.11.00	60m, tid avgj.	G.10
Kl.11.10	60m, forsøk	J.13
Kl.11.30	60m, forsøk	J.14
Kl.11.45	60m, forsøk	G.13
Kl.12.00	60m, forsøk	G.14
Kl.12.20	600m, tid avgj.	J.10
Kl.12.30	800m, tid avgj.	G.15
Kl.12.40	800m, tid avgj.	G.16
Kl.12.50	800m, tid avgj.	J.17
Kl.12.50	800m, tid avgj.	J.18/19
Kl.12.50	800m, tid avgj.	KS
Kl.13.00	800m, tid avgj.	G.17
Kl.13.10	800m, tid avgj.	G.18/19
Kl.13.20	800m, tid avgj.	MS
Kl.13.30	60m, A-finale	J.13
Kl.13.35	60m, A-finale	J.14
Kl.13.40	60m, A-finale	G.13
Kl.13.45	60m, A-finale evt. B-finaler	G.14

HOPP / KAST

LENGDE satssone 50 cm		
Kl.10.00	Lengde, grop 2	J.10
Kl.10.30	Lengde, grop 1	G.11
Kl.11.00	Lengde, grop 2	J.11
Kl.11.15	Lengde, grop 1	G.12
Kl.12.00	Lengde, grop 2	J.12
TRESTEG		
Kl.12.00	Tresteg, grop 1	J.16
Kl.12.30	Tresteg, grop 1	J.15
STAV		
Kl.12.30	Stav	G.13
Kl.12.30	Stav	G.14
Kl.12.30	Stav	G.15
Kl.12.30	Stav	G.16
Kl.12.30	Stav	G.17
Kl.12.30	Stav	G.18/19
Kl.12.30	Stav	MS
HØYDE		
Kl.11.30	Høyde	J.15
Kl.11.30	Høyde	J.17
Kl.11.30	Høyde	J.18/19
Kl.11.30	Høyde	KS
DISKOS		
Kl.11.00	Diskos 1.0kg	J.16
Kl.11.00	Diskos 0.75kg	J.15
SPYD		
Kl.12.00	Spyd 0.4kg	J.14
Kl.12.30	Spyd 0.7kg	G.16
Kl.12.30	Spyd 0.6kg	G.15
KULE		
Kl.11.00	Kule 4.0kg	J.17
Kl.11.00	Kule 4.0kg	J.18/19
Kl.11.00	Kule 4.0kg	KS
Kl.11.30	Kule 2.0kg	G.10
Kl.12.00	Kule 2.0kg	G.11
Kl.12.40	Kule 2.0kg	J.11

Lørdag 20. august 2011 (ettermiddag)

LØP

Kl.15.00	60m HK (76,2) tid avgj.	G.13
Kl.15.15	80m HK (84,0) tid avgj.	G.14
Kl.15.30	100m forsøk	J.15
Kl.15.50	100m forsøk	J.16
Kl.16.10	200m, tid avgjørende	KS
Kl.16.20	200m, tid avgjørende	MS
Kl.16.30	200m, tid avgjørende	G.17
Kl.16.40	200m, tid avgjørende	G.16
Kl.16.50	200m, tid avgjørende	G.15
Kl.17.00	200m, tid avgjørende	G.18/19
Kl.17.10	200m, tid avgjørende	J.18/19
Kl.17.20	200m, tid avgjørende	J.17
Kl.17.30	2000m	J.15
Kl.17.40	100m, A-finale	J.15
Kl.17.45	100m, B-finale	J.15
Kl.17.50	100m, A-finale evt. B-finale	J.16
Kl.18.00	300m HK (76,2)	G.15
Kl.18.10	300m HK (84,0)	G.16
Kl.18.20	300m HK (91,4)	G.17
Kl.18.20	300m HK (91,4)	G.18/19
Kl.18.30	400m HK (91,4)	MS
Kl.18.45	1500m	MS
Kl.18.55	400m	KS
Kl.19.05	400m	MS

HOPP / KAST

KULE		
Kl.15.00	Kule 3.0kg	G.12
Kl.15.15	Kule 2.0kg	J.12
SPYD		
Kl.16.00	Spyd 0.4kg	J.13
Kl.16.45	Spyd 0.4kg	G.13
Kl.17.30	Spyd 0.6kg	G.14
DISKOS		
Kl.18.15	Diskos 1.5kg	G.17
Kl.18.15	Diskos 1.75kg	G.18/19
Kl.18.45	Diskos 2.0kg	MS
Kl.18.45	Diskos 1.0kg	KS
HØYDE		
Kl.16.00	Høyde	G.14
Kl.17.00	Høyde	J.16
LENGDE		
Kl.15.00	Lengde	G.15
Kl.15.00	Lengde	G.16
Kl.16.00	Lengde	J.17
Kl.16.00	Lengde	J.18/19
Kl.18.30	Lengde	KS
TRESTEG		
Kl.17.00	Tresteg	G.17
Kl.17.00	Tresteg	G.18/19
Kl.17.00	Tresteg	MS

Søndag 21. august 2011 (formiddag)

LØP

Kl.10.00	100m HK (76,2) tid avgj.	J.17
Kl.10.00	100m HK (84,0) tid avgj.	J.18/19
Kl.10.00	100m HK (84,0) tid avgj.	KS
Kl.10.15	100m HK (91,4) tid avgj.	G.15
Kl.10.15	100m HK (91,4) tid avgj.	G.16
Kl.10.30	60m forsøk	J.11
Kl.10.45	60m forsøk	J.12
Kl.11.00	60m forsøk	G.11
Kl.11.10	60m forsøk	G.12
Kl.11.20	60m, tid avgjørende	J.10
Kl.11.40	200m, tid avgjørende	J.15
Kl.12.00	200m, tid avgjørende	J.16
Kl.12.20	800m, tid avgjørende	G.14
Kl.12.30	800m, tid avgjørende	J.14
Kl.12.40	600m, tid avgjørende	G.10
Kl.12.50	600m, tid avgjørende	G.13
Kl.13.00	600m, tid avgjørende	J.13
Kl.13.15	2000m	G.15
Kl.13.30	60m, A-finale	J.11
Kl.13.35	60m, A-finale	J.12
Kl.13.40	60m, A-finale	G.11
Kl.13.45	60m, A-finale evt. B-finaler	G.12

HOPP / KAST

LENGDE

Kl.11.00	Lengde (satssone)	G.10
Kl.11.45	Lengde	G.17
Kl.11.45	Lengde	G.18/19
Kl.11.45	Lengde	MS
Kl.13.15	Lengde	J.15
Kl.14.00	Lengde	J.16

TRESTEG

Kl.12.30	Tresteg	J.17
Kl.12.30	Tresteg	J.18/19
Kl.12.30	Tresteg	KS

HØYDE

Kl.11.00	Høyde	J.14
Kl.12.00	Høyde	G.13
Kl.12.30	Høyde	J.13

STAV

Kl.14.00	Stav	J.13
Kl.14.00	Stav	J.14
Kl.14.00	Stav	J.15
Kl.14.00	Stav	J.16
Kl.14.00	Stav	J.17
Kl.14.00	Stav	J.18/19
Kl.14.00	Stav	KS

DISKOS

Kl.10.00	Diskos 0.75kg	J.14
Kl.10.30	Diskos 1.0kg	J.17
Kl.10.30	Diskos 1.0kg	J.18/19
Kl.11.00	Diskos 1.0kg	G.15
Kl.11.00	Diskos 1.5kg	G.16

KULE

Kl.11.30	Kule 2.0kg	J.13
Kl.12.00	Kule 3.0kg	J.14
Kl.12.30	Kule 2.0kg	J.10
Kl.13.00	Kule 3.0kg	G.13
Kl.13.30	Kule 4.0kg	G.14
Kl.14.00	Kule 5.0kg	G.17
Kl.14.00	Kule 6.0kg	G.18/19
Kl.14.00	Kule 5.0kg	G.17

Søndag 21. august 2011 (ettermiddag)

LØP			HOPP / KAST		
Kl.15.00	110m HK (91,4) tid avgj.	G.17	HØYDE		
Kl.15.15	110m HK (1,0) tid avgj.	G.18/19	Kl.16.00	Høyde	G.15
Kl.15.15	110m HK (1,067) tid avgj.	MS	Kl.16.00	Høyde	G.16
			Kl.16.00	Høyde	G.17
Kl.15.30	100m forsøk	G.15	Kl.16.00	Høyde	G.18/19
Kl.15.40	100m forsøk	G.16	Kl.16.00	Høyde	MS
			SPYD		
Kl.15.55	800m, tid avgjørende	J.16	Kl.15.00	Spyd 0.4kg	J.15
Kl.16.00	800m, tid avgjørende	J.15	Kl.15.00	Spyd 0.6kg	J.16
Kl.16.10	400m, tid avgjørende	J.17	Kl.16.00	Spyd 0.7kg	G.17
Kl.16.15	400m, tid avgjørende	J.18/19	Kl.16.00	Spyd 0.8kg	G.18/19
Kl.16.20	400m, tid avgjørende	G.17	Kl.16.00	Spyd 0.8kg	MS
Kl.16.30	400m, tid avgjørende	G.18/19			
Kl.16.45	3000m	G.16			
Kl.16.45	3000m	G.17			
Kl.16.45	3000m	G.18/19			
Kl.16.45	3000m	MS			
Kl.17.00	100m, A-finale	G.15			
Kl.17.05	100m, A-finale evt. B-finaler	G.16			
Kl.17.20	300m HK (76.2) tid avgj.	J.15			
Kl.17.25	300m HK (76.2) tid avgj.	J.16			
Kl.17.25	300m HK (76.2) tid avgj.	J.17			
Kl.17.25	300m HK (76.2) tid avgj.	J.18/19			
Kl.17.30	400m HK (76.2) tid avgj.	KS			

OPPROP / AVKRYSSING PÅ STARTLISTER: I myldreområdet senest 1 time før øvelsesstart!

Dette gjelder alle øvelser med unntak av finaler i løp.
I finaler er det frammøte ved startstedet ca 10 min. før start.

Lengde: Jenter og gutter 10 – 12 år får kun tre forsøk – ingen finaleomganger.