

Øvelser			J15	J16	J17	J18/19	J20/22	G15	G16	G17	G18/19	G20/22
60 m			Lør	Lør	Lør	Lør	Lør	Lør	Lør	Lør	Lør	Lør
200m			Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn
400 m					Fre	Fre	Fre			Fre	Fre	Fre
800 m			Lør	Lør	Lør	Lør	Lør	Lør	Lør	Lør	Lør	Lør
1500 m			Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn
60 m hekk	76,2cm	8m	Fre	Fre								
60 m hekk	76,2cm	8,5m			Fre							
60 m hekk	84,0cm	8,5m				Fre	Fre					
60 m hekk	91,4cm	8,5m						Fre	Fre			
60 m hekk	91,4cm	8,8m								Fre		
60 m hekk	100cm	9,14m									Fre	
60 m hekk	106cm	9,14m										Fre
<i>1500 m kappgang</i>			Fre	Fre	Fre	Fre	Fre	Fre	Fre	Fre	Fre	Fre
Høyde			Søn	Søn	Søn	Lør	Lør	Lør	Lør	Lør	Søn	Søn
Stav			Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Lør	Lør	Lør	Lør	Lør
Lengde			Lør	Lør	Lør	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Lør	Lør
Tresteg					Fre	Fre	Fre			Fre	Fre	Fre
Kule	3kg		Lør	Lør								
Kule	4kg				Lør	Lør	Lør	Søn				
Kule	5kg								Søn	Søn		
Kule	6kg										Søn	
Kule	7,26kg											Søn
4x200 m			Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn	Søn

Dagsprogram

OBS: i stafetten er klassene for 15-17 og 18-22.