

SUNNA OPEN LÖRDAG 15/1 2011 I SUNNAHALLEN, KARLSKRONA						
	Löpningar	Höjd	Stav	Längd	Tresteg	Kula
0930					P11/F11	
0940					3+6	
0950						
1000	P13 60m 14					
1010	F13 60m 16			P15 6		
1020	F17 60m 10					
1030	P13 60m Final					
1040	M 60m 10					
1050	F13 60m Final			P13 16		
1055	P15 60m 7					
1100	P19 60m 6		F15/F13			
1110	F11 60m 14		1+4			
1120	P11 60m 7	K/F19 1+2				
1130	F17 60m Final					
1140	M 60m Final					P9/F9 3+1
1145	F15 60m 15					
1150		F17 5		F13 19		
1200	F11 60m Final		M 5			
1210	F19 60m 5					
1220	F15 60m Final					
1225	K 60m 9	F11 7				F15 5
1230	F9 60m 2					
1235	P9 60m 3					
1240	P17 60m 4					
1245	K 60m Final					P13 9
1250		P11 8	P15 3			
1300				K/F19 6+6		
1310						
1320						
1330	M 400m 7					F11 12
1340	P19 400m 6	M/P17 2+2	P13 7			
1350	P17 400m 4					
1400	K/F19 400m 2+1					
1410				F17 8		
1420	P13 800m 7					
1430	F13 800m 11					P15 6
1440						
1450	F17 400m 7			M 6		
1500						
1510	P15/F15 1000m 5+3					F13 11
1520	M 1500m 6					
1530	P19/P17 1500m 1+5			P19/P17 4+3		
1540	K 1500m 4					
1550	F19/F17 1+2					
1600				F15 12		

Avprickning i löpgrenar senast 30 min före start.

Ange pers/årsbästa i lopp 200m och längre vid avprickningen.

SUNNA OPEN SÖNDAG 16/1 2011 I SUNNAHALLEN, KARLSKRONA						
	Löpningar	Höjd	Stav	Längd	Tresteg	Kula
1000	F13 60m Hä 10			F11 12		
1010	P13 60m Hä 6					
1020	F15 60m Hä 10					
1030	P15 60m Hä 5					
1040	K/F19 60m Hä 3+1					
1050	F17 60m Hä 7	P15 6				
1100	P17 60m Hä 1		F17 2			
1110	P11 60m Hä 3		F19 1			
1120	F11 60m Hä 4			P11 10		
1130	F13 60m Hä Final	P13 4				
1140	M/P19 60m Hä 2+3					
1150	F15 60m Hä Final					
1200						
1210		F13 10		P9/F9 2+3		M/P19/P17
1220						3+0+2
1230	M Vet 800m 14					
1240	M 800m 5				F19/F17	
1245	K Vet/K 800m 2+0				4+2	
1250	F19/F17 800m 1+4					
1300	F11 600m 4	F15 7	P17 3			
1310	P11 600m 7				P13 6	K/F19/F17
1320	M 200m 12					0+0+5
1330	P19 200m 7					
1340	P15 200m 5					
1345	P17 200m 3				F15 4	P11 7
1350	P13 200m 13					
1400						
1410	P9/F9 600m 3+4					
1420	F15 200m 14				M/P19/P17/P15	
1430					1+2+1+1	
1440	F13 200m 13					
1450						
1500	K/F19 200m 6+3					
1510	F17 200m 10				F13 13	
1520						
1530	P19/P17 800m 2+4					
1540	K Vet/K 3000m 1+3					
1550						
1600	M/M Vet 3000m 5+14					
1610	Heatindelning på plats					

Avprickning i löpgrenar senast 30 min före start.

Ange pers/årsbästa i lopp 200m och längre vid avprickning