

13:50	400m P9			D17								
14:00	400m D9							D15				
14:10	400m P11								P13	D17-19+M		
14:25	400m D11			TR. M								
14:45								P15				
15:00			D13	D12			K + M					
15:10	300h P15											
15:15	300h D15											
15:25	1500m K											
15:35	1500m M									P17-19+K		
15:50	600m P13											
16:05	600m D13			P17				D17	D13			
16:20	300m P15											
16:30	300m D15											
16:45	400m P17											
16:50	400m D17											
17:00	400m M											

TIDSSKEMA, Vejledende 2018 - Sparta Copenhagen Games - SØNDAG DEN 19. AUGUST

01. juli 2018

TID	LØB 1	LÆNGDE 1	LÆNGDE 2	HØJDE	KUGLE	DISKOS	SPYD	
10:00		P11		P9 + D9	D11			
10:10							P15	
10:40	200m P13 F							
11:00	200m D13 F							
11:15				P13	D9			
11:20	200m P17 F		P10					
11:30	200m D17 F							
11:35							D15	
12:00	150m K I				P9			
12:10	150m M I					K		

12:25	1000 P11						
12:35	1000 D11			P15			
12:45	1000 P13				P11		D17-19-M
12:55	1000 D13						
13:00		D11	D10				
13:20	150m K F						
13:30	150m M F			D15+17			
14:00	60H P13 I					D15	
14:15	80H D13 I	P13	P12				
14:25	80H P15 I			P17 + K			
14:30					D13		
14:40	100mH D15 I						
14:50	800m P15						P17 + K
15:00	800m P17						
15:15			M				
15:30	60H P13 F					P15 + P17	
15:40	80H D13 F						
15:45	80H P15 F			D13	P13		
15:55	100H D15						
16:00	100H P17 F		K				
16:05	100H K F						
16:15	110H D17 F						
16:20	110H M			M		D17 + M	
16:35	800m D15						
16:45	800m D17						
16:50	800m M						