

Lørdag den 11. september 2021

Tid	Løb	Klasse	Højde	Stang	Længde	Trespring	Hammer grusbane	Hammer stadion	Spyd	Tid	P15	P17	P19	P22	D15	D17	D19	D22	
10.00	300m H (1/8)	P15	76/50-35		P15 (29)				D15-17 (9+6)	10.00	300m hæk					Spyd	Spyd		
10.10	300m H (1/5)	D15	76/50-35							10.10					300m hæk				
10.25	400m H (1/5+2+1)	P17-22	76/45-35							10.25		400m hæk	400m hæk	400m hæk					
10.40	400m H (1/6)	D17	84/45-35							10.40						400m hæk			
10.45	400m H (1/3+1)	D19+22	91/45-35							10.45							400m hæk	400m hæk	
11.00	1.500m (1/11+3+2)	P17-22								11.00		1.500m	1.500m	1.500m					
11.10	1.500m (1/13)	D17								11.10						1.500m			
11.20	1.500m (1/12)	D19			D15-17 (4+3)					11.20					Stang	Stang	1.500m		
11.25									P17+22 (8+3+3)	11.25		Spyd	Spyd	Spyd					
11.30	1.500m (1/7)	D22								11.30								1.500	
11.50	100m i (5/40)	P15								11.50	100m i								
12.05						D17-22 (4+3+0)				12.05						Trespring	Trespring	Trespring	
12.15	100m i (4/26)	D15								12.15					100m i				
12.30				P17 (8)						12.30		Højde							
12.35	100m i (2/16)	P17								12.35		100m i							
12.45	100m i (3/21)	D17								12.45						100m i			
12.50							D15-17 (2+9)			12.50					Hammer grusbane	Hammer grusbane			
12.55									P15 (22)	12.55	Spyd								
13.00	100m i (2/10)	P19								13.00			100m i						
13.10	100m SF (2/16)	P15								13.10	100m SF								
13.20	100m i (2/14)	D19								13.20							100m i		
13.30	100m F (8)	D15								13.30				100m F					
13.35	100m F (8)	P17								13.35		100m F							
13.40	100m i (2/13)	D22			D19+22 (5+3)	D15 (17)				13.40					Længde		Stang	100m i	
13.45	100m F (8)	D17								13.45						100m F		Stang	
13.55	1.500m (1/8)	P15								13.55	1.500m								
14.05	1.500m (1/13)	D15								14.05					1.500m				
14.10				P19+22 (3+1)			P15-17 (8+6)			14.10	Hammer grusbane	Hammer grusbane	Højde	Højde					
14.20	100m F (8)	P15								14.20	100m F								
14.25	100m F (8)	P19							D19+22 (7+3)	14.25			100m F				Spyd	Spyd	
14.30	100m F (8)	D19								14.30							100m F		
14.35	100m F (8)	P22								14.35			100m F						
14.40	100m F (8)	D22								14.40								100m F	
14.45	EVENT									14.45	EVENT								
15.05	2.000m FH (1/1+3)	P15+P17	76/18F-5V							15.05	2.000m FH	2.000m FH	Trespring						
15.20	3.000m FH (1/1+1)	P19+22	76/28F-7V	P15 (18)						15.20	Højde		3.000m FH	3.000m FH					
15.30						P17-22 (4+2+1)				15.30		Trespring	Trespring	Trespring					
15.40	2.000m FH (1/1+1)	D15+D17	91/18F-5V							15.40					2.000m FH	2.000m FH			
15.45									D19+22 (2+6)	15.45							Hammer	Hammer	
15.55	3.000m FH (1/0+1)	D19+22	91/28F-7V							15.55							3.000m FH	3.000m FH	
16.10	300m (3/17)	P15								16.10	300m								
16.30						P15+D15 (8+2)				16.30	Trespring				Trespring				
16.35	300m (2/13)	D15								16.35					300m				
16.45	400m (1/8)	P17								16.45		400m							
16.50	400m (2/11)	D17								16.50						400m			
17.00	400m (1/8)	P19								17.00			400m						
17.05	400m (2/10)	D19								17.05							400m		
17.15	400m (1/4)	P22							P19+22 (3+5)	17.15			Hammer	400m Hammer					
17.20	400m (1/5)	D22								17.20								400m	
17.35	4x100m (1/7)	P15								17.35	4x100m								
17.45	4x100m (1/4+3)	D15-17								17.45					4x100m	4x100m			
17.55	4x100m (1/4+0+3)	P17-22								17.55		4x100m	4x100m	4x100m					
18.05	4x100m (1/1+3)	D19-22								18.05							4x100m	4x100m	

Infomøde for trænere og leder om DAF's nye Talentudvikling - starter lige så snart den sidste stafet er afviklet - foregår i mødelokalet under tribunen med indgang ved 100m starten

Der er ikke tid til alle de lange kast lørdag på stadion, så de yngste aldersgrupper 15-17 år afvikler deres konkurrence på grusbanen, ca. 800m fra stadion
Der vil som udgangspunkt kun være 2 opvarmningsforsøg i fladspring og i kast, der afvikles i spring-/kasterækkefølge. Tillader tiden det, så vil der være ekstra frie forsøg