

Tjalvelekene 2025

Fredag 30. mai 2025

Slegge

17:30	Slegge	J/G-13, 14, 15-16
18:45	Slegge	J/G-17, 18-19, MS, KS

Avkryssing: Løp fra 10 år avkryssing 1 time før øvelsesstart. Teknisk: opprop 15 min før start ved øvelsessted. 9 år og yngre: oppmøte 15 min før ved øvelsessted.

Lørdag 31. mai 2025

LØP			Hopp og kast		
10:00	60m	G-10	TRESTEG/LENGDE		
10:08	60m	G-11	10:00	Lengde	G13
10:12	60m	J-11	11:00	Lengde	J11
10:20	60m	J-10	11:50	Lengde	J12
10:28	60m	J-12	12:50	Lengde	J17/18/19, KS
10:36	60m forsøk	G-14	14:00	Lengde	G15-16
10:44	60m forsøk	J-14	14:50	Lengde	G14
10:56	60m forsøk	J-13	15:40	Tresteg	J15/16
11:08	60m	G-12	16:10	Tresteg	G17/18/19, MS
11:16	60m forsøk	G-13	HØYDE		
11:35	100m forsøk	G-15/16	09:50	Høyde	G12
11:55	100m forsøk	G-17/19	10:50	Høyde	G11
12:10	100m forsøk	J-15/16	11:50	Høyde	J13
12:30	100m forsøk	J17/18/19	13:25	Høyde	J14
12:40	100m forsøk	KS	15:05	Høyde	J17/18/19, KS
12:55	100m forsøk	MS	15:55	Høyde	J15-16
13:20	60m finale	G-13	STAV		
13:25	60m finale	G-14	12:30	Stav	G13/14/15
13:30	60m finale	J-13	14:30	Stav	G16/17/18/19, MS
13:35	60m finale	J-14	LITEN BALL/KULE		
13:45	100m finale	G-15/16	10:15	Liten ball, høydesvingen	G10
13:50	100m finale	G-17/19	10:20	Liten ball	G11
13:55	100m finale	J-15/16	10:45	Liten ball, høydesvingen	J10
14:00	100m finale	J-17/19	10:45	Liten ball	J12
14:05	100m finale	Para	11:30	Liten ball	G12
14:10	100m finale	KS	11:30	Liten ball, høydesvingen	J11
14:15	100m finale	MS	12:25	Kule 4kg	G14
14:25	2000m	G-15	13:00	Kule 3kg	G13
14:35	2000m	J-15	14:00	Kule 2kg	J13
14:45	3000m	J-16	15:10	Kule 3kg	J14
14:45	3000m	J-17/19	SPYD/DISKOS		
14:45	3000m	KS	10:10	Diskos 0.6kg/0.75kg	J13-14
15:00	3000m	G-16	10:50	Diskos 0.75kg/1kg	J15/16
15:00	3000m	G-17/19	11:35	Diskos 1.5kg/1.75kg/2kg	G-17/18/19, MS
15:15	3000m	MS	12:20	Spyd 500g/600g	J17/18/19, KS
15:35	400m	G-17/19	13:00	Spyd 600g/700g	G15/16
15:40	400m	J-17/19	13:50	Spyd 400g	G13-14
15:50	400m	MS	Avkryssing: Løp fra 10 år avkryssing 1 time før øvelsesstart. Teknisk: opprop 15 min før start ved øvelsessted. 9 år og yngre: oppmøte 15 min før ved øvelsessted.		
16:05	400m	KS			
16:15	1500 m	MS			
16:25	1500 m	KS			

Søndag 1. juni 2025

LØP			HOPP / KAST		
Kl.10.00	60m	G/J 6-7	LENGDE/TRESTEG		
10:08	60m	G 8-9	10:00	Lengde grop 1	G10
10:24	60m	J 8-9	10:10	Lengde grop 2	G/J 6-7
10:35	600m	G-11	10:30	Lengde grop 2	G9
10:42	600m	J-11	11:15	Lengde grop 2	G8
10:49	600m	G10	10:35	Lengde grop 1	J10
10:56	600m	J-12	11:20	Lengde grop 1	G11
11:10	600m	G-12	11:40	Lengde grop 2	J 8-9
11:17	600m	J-13	11:55	Lengde grop 1	G12
11:31	600m	G-13	12:15	Lengde grop 2	J14
11:38	600m	J10	12:30	Lengde grop 1	G17/18/19, MS
11:45	600m	G/J 6-7	13:10	Lengde grop 1	J13
11:52	600m	G-8-9	13:30	Lengde grop 1	J15/16
12:06	600m	J 8-9	14:45	Tresteg	G15/16
12:20	60m hekk (68)(6,5)	J-11	15:25	Tresteg	J17/18/19, KS
12:24	60m hekk (68)(6,5)	G-11	HØYDE/STAV		
12:32	60m hekk (68)(7,0)	J-12	10:15	Høyde	G13-14
12:40	60m hekk (76,2)(7,0)	G-12	11:30	Høyde	J11
12:46	60m hekk (68)(7,5)	J-13	12:20	Høyde	G15/16
12:54	60m hekk (76,2)(7,5)	J-14	13:15	Høyde	J12
12:58	60m hekk (76,2)(7,5)	G-13	14:20	Høyde	G17-19 MS
13:08	80m hekk (76,2)(8,0)	J-15/16	14:30	Stav	J13-14, J15-16, KS
13:16	80m hekk (84,0)(8,0)	G-14	LITEN BALL/DISKOS/SPYD		
13:28	100m hekk (76,2)(8,5)	J-17	10:15	Liten ball	G 8
13:35	100m hekk (84,0)(8,5)	J-18/19	10:35	Liten ball	G/J 6-7
13:39	100m hekk (84,0)(8,5)	KS	10:55	Liten ball	J 8-9
13:47	100m hekk (84,0)(8,5)	G-15	11:25	Liten ball	G9
13:47	100m hekk (91,4)(8,5)	G-16	12:00	Spyd 500g	J15/16
13:57	110m hekk (91,4)(9,14)	G-17	1245	Diskos 1kg	J17/18/19, KS
14:05	110m hekk (100,0)(9,14)	G-18/19	12:45	Diskos 0.75kg/1kg/1.5kg	G13, 14, 15-16
14:05	110m hekk (106,7)(9,14)	MS	14:05	Spyd 700g/800g	G17/18/19, MS
14:15	800m	J-14	14:55	Spyd 400g	J13-14
14:22	800m	J-15/16	Avkryssing: Løp fra 10 år avkryssing 1 time før øvelsesstart. Teknisk: opprop 15 min før start ved øvelsessted. 9 år og yngre: oppmøte 15 min før ved øvelsessted.		
14:36	800m	G-14			
14:43	800m	G-15/16			
14:50	800m	J-17/19			
14:57	800m	KS			
15:05	800m	G-17/19			
15:05	800m	MS			
15:40	200m	J-15/16			
16:00	200m	J-17/19			
16:10	200m	G-15/16			
16:35	200m	G-17/19			
16:50	200m	KS			
17:05	200m	MS			