Sparta Copenhagen Games - Tidsskema

19. maj

Lørdag den 20. maj 2023

Tid	Løb	Længde 1	Længde 2	Højde 1	Stang	Kugle	Hammer	Bold/ Spyd	Tid
09:30	40m f D7 (13)	P15 (12) D15 (8)		D11 (13)				P11 (13)	09:30
09:40	40m f P7 (12)								09:40
09:50	40m i P9 (12)								09:50
10:00	40m f D9 (7)		D7 (14)			P15(6)+P17(2)+ K(1)			10:00
10:10	60m i P11 (26)								10:10
10:15								D13 (9)	10:15
10:26	60m i D11 (24)								10:26
10:45	40m f P9 (8)	P7 (11)							10:45
10:55	80m i P13 (26)								10:55
11:00			P17(9)+ D17(7)					D7 (14)	11:00
11:11	80m i D13 (10)								11:11
11:25	60m f P11 (8)			P13 (9) + D13 (6)					11:25
11:30	60m f D11 (8)					D15(4)+D17(1)+ D19(4)+M(3)			11:30
11:40	100m Frame run K (4)/M (3)							P7 (11)	11:40
11:50	MK:100m D17(5)+D19(1)+M(6)								11:50
12:00	100m i D15 (14)				P15(2)+D15(4)+ P17(2)+D17(1)+ K(5)+M(4)				12:00
12:10	100m i P15 (18)								12:10
12:20	100m i D17 (14)							P9 (8)+ D9 (7)	12:20
12:30	100m i P17 (11)	MK: D17+D19+M	D13 (12)	P9(3)+ D9(2) P11(11)					12:30
12:45	MK: 80H P15 (2)								12:45
12:55	MK: 100H P17 (6)								12:55
13:10	MK: 100H P19 (2) MK: 100H K (5)								13:10

13:20	100H K ekstra (5)							D11 (18)	13:20
13:30	80m f P13 (8)								13:30
13:35	80m f D13 (8)								13:35
13:45	100m f D15 (8)								13:45
13:50	100m f P15 (8)								13:50
13:55	100m f P17 (8)								13:55
14:00	100m f D17 (8)	M (4) trespring		MK: P15+P17+P19+K		MK: D17+D19+M			14:00
14:10	100m i K (17)								14:10
14:20	100m i M (24)							P13 (11)	14:20
14:40	400m P11 (15)								14:40
14:50	400m D11 (17)								14:50
15:00	400m P9 (6)+ 400m D9 (4)								15:00
15:05	400m P17 (7)								15:05
15:10	400m K (10)								15:10
15:20	400m D17 (11)								15:20
15:30	400m M (11)						P15(5)+P17(1)+ K(1)+D19(3)+ M(1)		15:30
15:45	100m f K (8)								15:45
15:50	100m f M (8)								15:50
16:00	600m P13 (6)+ 600m D13 (7)			MK: D17+D19+M		MK: P15+P17+P19+K			16:00
16:15	300H P15 (3)								16:15
16:25	400H Alle D17(2)/K(1)/M(2)								16:25
16:35	3000m M (12)								16:35
16:50	3000m K (3)								16:50
17:10	MK: 200m P15 (2)+ MK: 200m P17 (6)								17:10
17:15	MK: 200m P19 (2)+ MK: 200m K (5)								17:15
17:30	MK: 400m D17+D19+M								17:30

Sparta Copenhagen Games - Tidsskema

19. maj

Søndag den 21. maj 2023

Tid	Løb 1	Længde 1	Længde 2	Stang	Højde	Kugle	Diskos	Spyd	Tid
09:30	60H i P13 (23)								09:30
09:50	80H f P15 (3)+ 80H f D13 (5)								09:50
10:00	100H f D15 (6)	P9 (13)+ D9 (9)	P11 (24)			P13 (10)		P15 (4)+ D15 (6)	10:00
10:10	MK:110H D17 (5)								10:10
10:20	MK: 110H D19 (1) MK: 110H M (6)								10:20
10:30	110H f D19 (1)+ 110H f M (3)								10:30
10:50	100H f P17 (4)+ 100H f K (4)								10:50
11:00			D11 (16)			P9 (10)+ D9 (8)	MK: D17+D19+M		11:00
11:05	60H f P13 (8)								11:05
11:20	200m D13 (10)								11:20
11:30	200m P13 (22)				P15(3)+D15(6)				11:30
11:45	200m D17 (20)								11:45
12:00	200m P17 (22)	MK: P15+P17+P19+K	P13 (30)			D13 (12)		P17(6)+K(2)+ D17(2)+M(2)	12:00
12:20	150m i K (12)								12:20
12:30	150m i M (17)								12:30
12:45	1000m P9 (1)+ 1000m D9 (4)								12:45
12:55	1000m D11 (5)+ 1000m P11 (7)								12:55
13:00				MK: D17+D19+M			P15(6)+P17(3)+ K(2)		13:00
13:05	1000m P13 (9)+ 1000m D13 (4)								13:05
13:15	1000m K (5)					D11 (11)			13:15
13:25	1000m M (13)+ 1000m mix (1)								13:25

13:30		K (8)+M (9)			P17(1) +D17(3) +K(4)+M(2)				13:30
14:00	150m f K (8)					P11 (19)		MK: P15+P17+P19+K	14:00
14:10	150m f M (8)								14:10
15:00							D15(6)+D17(1)+ D19(1)+M(3)		15:00
15:20	MK: 800m P15 MK: 800m P17								15:20
15:30	MK: 800m P19 MK: 800m K							MK: D17+D19+M (modsatte ende)	15:30
16:45	MK: 1500m D17 MK: 1500m D19 MK: 1500m M								16:45