

Tidspunkt	60m	100m	Lengde	600m	1500m	kule	Liten ball	Høgde
11:00	5-8 år		9-10 år					
11:20	9-10 år						5-8 år	
11:40			5-8 år				9-10 år	
12:00	11-12 G		13-14 J			15- J/G		
12:15	11-12 J		13-14 G					
12:30	13-14 J					11-12 J/G		
12:45	13-14 G							
13:00		15- J	11-12 J/G			13-14 J/G		
13:10		15- G						
13:30			15- J/G	11-12 j/G				
13:40				13-14 J/G				
14:00					15- G			11-14 J/G U23
14:15					15- J			
14:30					Damer sen			
14:45					Herre sen			