

### Tidsprogram TFiK Inne 2018 (Genrepet)

Tid	P15	F15	P17	F17	MS	KS	Tid
<b>16.00</b>	200m(1h),Kula (1,4kg)	Kula(1,3kg)	Kula(-,5kg)	Kula(-,3 kg)	HöjdA(6)	HöjdA(6)	<b>16.00</b>
<b>16.10</b>		200m(2h)					<b>16.10</b>
<b>16.25</b>			400m(-)				<b>16.25</b>
<b>16.35</b>				400m(1h)			<b>16.35</b>
<b>16.45</b>					400m(2h)		<b>16.45</b>
<b>17.00</b>	LängdA (2)	LängdA(-)	LängdA(-)	LängdA(5)			<b>17.00</b>
<b>17.10</b>						400m(2h)	<b>17.10</b>
<b>17.30</b>					1500m(8)		<b>17.30</b>
<b>17.45</b>						1500m(2)	<b>17.45</b>
<b>18.05</b>						800m Extra	<b>18.05</b>

Upprop 10 min före grenstart i samtliga grenar. 3 försök och 8 bästa till final i längd&kula.

Ländhopp går på bortre långsida. LängdA är gropen mot kulringen.

HöjdA är stora mattan.

Viktigt att avspärningar respekteras. Detta är en säkerhetsfråga! OBS! Inga ytterskor får användas i hallen.

### Tidsprogram TFiK Inne 2018 (Genrepet)

Tid	Löp	Kula	LängdA	HöjdA	Tid
<b>16.00</b>	P15 200m (1h)	P15/P17(1,-) F15/F17(1.-)		MS(6) KS(6)	<b>16.00</b>
<b>16.10</b>	F15 200m(2h)				<b>16.10</b>
<b>16.25</b>	P17 400m(-)				<b>16.25</b>
<b>16.35</b>	F17 400m(1h)				<b>16.35</b>
<b>16.45</b>	MS400m(2h)				<b>16.45</b>
<b>17.00</b>			F15/F17(5) P15/P17(2)		<b>17.00</b>
<b>17.10</b>	KS 400m(2h)				<b>17.10</b>
<b>17.30</b>	MS 1500m (1h)				<b>17.30</b>
<b>17.45</b>	KS 1500m (1h)				<b>17.45</b>
<b>18.05</b>	K800m Extra				<b>18.05</b>

Kula P15 4kg, P17 5kg,  
Kula F15 3kg, F17 3 kg