

IVSM 2024 - Tidsprogram fredag

Tid	Löpning 3000m	Längd 1	Längd 2	Kula	Vikt	Tid
14.00				M75,M80,M85 (8,5,1)		14.00
14.05						14.05
14.10						14.10
14.15						14.15
14.20						14.20
14.25						14.25
14.30						14.30
14.35						14.35
14.40						14.40
14.45						14.45
14.50						14.50
14.55						14.55
15.00			K45 (8)			15.00
15.05						15.05
15.10						15.10
15.15		K65,K70,K85 (2,2,1)				15.15
15.20				M70 (8)		15.20
15.25						15.25
15.30						15.30
15.35						15.35
15.40	K65,K70,K75 (2,2,2)					15.40
15.45						15.45
15.50						15.50
15.55						15.55
16.00			M70,M75,M80,M85 (3,3,3,1)			16.00
16.05		M45 (5)				16.05
16.10	M70,M75,M80 (4,2,3)			M65 (8)		16.10
16.15						16.15
16.20						16.20
16.25						16.25
16.30						16.30
16.35						16.35
16.40	K50,K55,K60 (4,2,5)					16.40
16.45						16.45
16.50						16.50
16.55		M35,M40 (4,5)				16.55
17.00				K65,K70,K75,K85,K90 (4,5,4,1,1)		17.00
17.05	M50 B-heat (14)					17.05
17.10			M60 (8)			17.10
17.15						17.15
17.20						17.20
17.25						17.25
17.30	M50 A-heat					17.30
17.35						17.35
17.40						17.40
17.45						17.45
17.50						17.50
17.55	M55 B-heat (15)					17.55

IVSM 2024 - Tidsprogram fredag

Tid	Löpning 3000m	Längd 1	Längd 2	Kula	Vikt	Tid
18.00						18.00
18.05						18.05
18.10		K35,K40 (4,3)				18.10
18.15						18.15
18.20	M55 A-heat		K55,K60 (7,4)		M75,M80,M85,M90 (5,4,1,1)	18.20
18.25						18.25
18.30						18.30
18.35						18.35
18.40						18.40
18.45	M65 (6)					18.45
18.50						18.50
18.55						18.55
19.00						19.00
19.05						19.05
19.10	M60 (5)	M50 (12)				19.10
19.15						19.15
19.20						19.20
19.25						19.25
19.30			M55 (9)		M65,M70 (4,6)	19.30
19.35	M35 (7)					19.35
19.40						19.40
19.45						19.45
19.50						19.50
19.55						19.55
20.00	K35,K40,K45 (5,1,2)					20.00
20.05						20.05
20.10						20.10
20.15						20.15
20.20						20.20
20.25	M45 (5)					20.25
20.30		K50 (8)				20.30
20.35			M65 (7)		K65,K70,K75,K90 (3,3,4,1)	20.35
20.40						20.40
20.45						20.45
20.50	M40 (9)					20.50
20.55						20.55
21.00						21.00
21.05						21.05
21.10						21.10
21.15						21.15
21.20						21.20
21.25						21.25
21.30						21.30