

# NM Sandnes 2024

## Lørdag 29.06 Løp

Tidspunkt	Øvelse	Klasse	Type	Øvelsesinfo	Oppropsfrist	Callroom	Innmarsj	Premieutdeling
9:50	1500m Para og utv.h.	M	Finale		6:50	9:30	9:40	10:31
10:10	5000m (B)	M	Finale (B)		7:10	9:50	10:00	14:29
10:40	100mh	K	Forsøk	Heat 1	7:40	10:15	10:25	
10:45	100mh	K	Forsøk	Heat 2	7:40	10:20	10:30	
10:50	100mh	K	Forsøk	Heat 3	7:40	10:25	10:35	
<i>pause i programmet grunnet slegge</i>								
12:05	100mh	K	Finale			11:40	11:50	12:30
12:25	10 000m	K	Finale			12:05	12:15	13:40
13:20	200m	M	Finale			13:00	13:10	13:40
13:30	200m	K	Finale			13:10	13:20	14:03
13:45	5000m (A)	M	Finale (A)			13:25	13:35	14:29
14:15	1500m	K	Finale			13:55	14:05	14:38
14:25	800m	M	Finale			14:05	14:15	14:48
14:35	1000m stafett	K	Finale		12:35	14:15	14:25	14:48
14:45	1000m stafett	M	Finale	B - heat	12:45	14:25	14:35	15:06
14:55	1000m stafett	M	Finale	A - heat	12:55	14:35	14:45	15:06
15:00	<i>Kongepokal</i>							

## Lørdag 29.06 Tekniske øvelser

Tidspunkt	Øvelse	Klasse	Type	Oppropsfrist	Callroom	Innmarsj	Premieutdeling
<b>Kast</b>							
10:35	Kule	M	Finale	7:35	9:55	10:05	11:38
11:00	Slegge	K	Finale		10:15	10:25	12:30
13:40	Spyd	M	Finale	10:40	12:55	13:05	14:48
<b>Hopp</b>							
11:45	Høyde	M	Finale	8:45	11:05	11:15	14:03
12:40	Tresteg	K	Finale	9:40	12:00	12:10	14:22