



## Preliminära tidsprogram Arena-DM i Bålsta 6–8 juni 2025

*OBS! Detta är ett preliminärt tidsprogram och kan komma att ändras.*

*Ett fullständigt tidsprogram publiceras senast den 3 juni på Mittsvenska Friidrottsförbundets [hemsida](#) och i EasyRecord.*

Tidsprogram fredag 6 juni		
Tid	Slägga	Vikt
15.00	M-vet/K-vet	
16.00	P14/P15	
17.00	K/F19/F17	M-vet/ K-vet
18.00	M/P19/P17	

Tidsprogram lördag 7 juni							
Tid	Löpning	Höjd	Stav	Längd 1	Längd 2	Slägga	Spjut
10.00	110mh M/P19/P17/Vet			F13	F12		P12/P13
10.15	100mh K/F19/F17/Vet						
10.30	80mh F14						
10.40	80mh F15						
10.50	80mh P14						
11.00	80mh P15			F15	F14		
11.15	60mh F12						P14/P15
11.20	60mh F13						
11.30	60mh P12	K-vet/M-vet					
11.40	60mh P13	K-para/ M-para					
11.50	60mh Ev. finalheat						
12.00	800m K/K17/ F19/K-para						
12.10	800m M/P19/ P17/M-para						
12.20	800m F14/F15			M/P19/ M-para	K/F19/ K-para		F12/F13
12.30	800m P14/P15						
12.40	800m K-vet						
12.50	800m M-vet						
13.10							
13.20	300m P14		F12/13+ P12/13				
13.30	300m P15			F17/K-vet	P17/M-vet		
13.40	300m F14						
13.50	300m F15						
14.00							

14.10							
14.20	600m F12/F13						M/P19/ P17/M-para
14.25	600m P12/P13						M-vet
14.30	200m F19		F14/15+ P14/15				
14.35	200m F17						
14.45	200m K						
14.50	200m P17						
15.00	200m P19				P12/P13		
15.05	200m M						
15.10	200m M-para	K/F19/F17					
15.15	200m K-para			P14/P15			
15.20	200m F12						
15.30	200m F13						
15.40	200m P12						F14/F15
15.50	200m P13						
15.55	200m M-vet						
16.00	200m K-vet						
16.10						P12/13+ F12/13	
16.15							
16.20							
16.25							
16.30		M/P19/P17					K/F19/F17
16.40							K-vet/K-para
16.50						F14/F15	
Tid	Löpning	Höjd	Stav	Längd 1	Längd 2	Slägga	Spjut

Tidsprogram söndag 8 juni						
Tid	Löpning	Höjd	Stav	Tresteg	Kula	Diskus
9.45	2000m FP14-15					
10.00	100m M	P12/P13		F12/F13	F14/F15	P14/P15
10.10	100m K					
10.20	100m K-Para					
10.25	100m M-para					
10.30	100m K-vet					
10.35	100m M-vet					
10.40	100m P19					
10.45	100m F19					
10.50	100m F17					
11.00	100m P17					K-vet/M-vet
11.15	80m F14			M/P19/P17	K/F19/F17	
11.25	80m P14			M-para	K-para	
11.30	80m F15					

11.40	80m P15					
11.50	60m F13					
12.00	60m P13					
12.10	60m F12					
12.20	60m P12			K/F19/F17	M/P19/P17	
12.30	100m Ev. finaler			K-para	M-para	
12.40	80m Ev. finaler					
13.00	60m Ev. finaler					
13.15						
13.30	400m M	F12/F13		P12/P13	P14/P15	F14/F15
13.40	400m K					
13.50	400m Para					
14.00	400m M-vet					
14.10	400m K-vet					
14.15	400m P19					
14.20	400m P17					
14.25	400m F19					
14.30	400m F17	P14/P15		F14/F15	F12/F13	P12/P13
14.40						
14.50						
15.00			P17/P19/M/ M-Vet			
15.10	1500m F/P17/19/K/M/Para		M-para			
15.20	1500m K-vet/M-vet					
15.30	1500m F/P12-13					
15.40				K-vet/M-vet		
15.50					P12/P13	F12/F13
16.00	1000m Gång					
16.10	3000m Gång					
16.20		F14/F15		P14/P15		
16.30			F17/F19/ K/K-vet			
16.40	200mh F12/F13		K-para			K/M+F/P17+19
16.50	200mh P12/P13				K-vet/M-vet	
17.00	300mh F14/F15					
17.10	300mh P14/P15					
17.20	400mh P17/P19/M					
17.30	400mh F17/F19/K					
17.40	400mh M-vet/K-vet					
<b>Tid</b>	<b>Löpning</b>	<b>Höjd</b>	<b>Stav</b>	<b>Tresteg</b>	<b>Kula</b>	<b>Diskus</b>

VI ÖNSKAR ER VARMT VÄLKOMNA TILL ARENA-DM!

