

Tidsprogram IUSM P/F 15-16 2026

06-mar

Lördag 14 mars 2026

Lörd	Löpning	Höjd	Stav	Längd 1	Längd 2	Vikt
09.30	P15 60m fö (32)					
09.50	P16 60m fö (29)		F15 (14)			
10.10	F16 60m fö (27)				P15 längd (30)	
10.30	F15 60m fö (38)					
10.40				P16 längd (25)		
11.10	P16 1500m fö (23)					
11.40	F16 1500m fö (17)					
12.10	P15 1000m fö (24)					
12.30	F15 1000m fö (29)	P15 (22)				
12.40				F15 pool 1 (22)	F15 pool 2 (22)	
13.10	F16 60m se					
13.20	P15 60m se					
13.30	P16 60m se		F16 (15)			
13.40	F15 60m se					
14.00						
14.10	F16 60m final					
14.20	P15 60m final					
14.30	P16 60m final			F16 längd (31)		
14.40	F15 60m final					
15.00		P16 (16)				
15.10	P15 200m fö (20)					
15.30	F15 200m fö (32)					
16.10	F16 400m fö (19)					
16.30	P16 400m fö (22)					
17.10						F15 (21)
18.35						F16 (16)
19.50						P15 (18)
21.10						P16 (11)

Längd 1

Gropen innerplan

Längd 2

Gropen mot styrkehallen

Söndag 15 mars 2026

Sönd	Löpning	Höjd	Stav	Tresteg	Kula
09.30				P16 (19)	P15 (19)
10.00	F15 häck fö (28)				
10.25	F16 häck fö (21)		P15 (17)		
10.45	P15 häck fö (26)	F15 (26)			
11.10	P16 häck fö (17)			F16 (18)	
11.20					P16 (15)
11.50	F16 1500m Fi				
12.00	P16 1500m Fi				
12.20	F15 1000m Fi				
12.30	P15 1000m Fi				
12.40				P15 (18)	
12.50	F15 häck se				
13.00	P15 häck se				F15 (22)
13.30		F16 (13)	P16 (15)		
14.00	F15 häck final				
14.10	F16 häck final				
14.20	P15 häck final			F15 (29)	
14.30	P16 häck final				
15.20	P16 400m Fi A+B				F16 (15)
15.30	F16 400m Fi A+B				
15.40	F15 200m Fi A+B				
15.50	P15 200m Fi A+B				