Klokken	G 6-8 år	J 6-8 år	G 9	J 9	G 10	J 10	Klokken	G 11	J 11	G 12	J 12	G 13	J 13	G 14	J 14	U20 Menn/MS	U 20 Kvinner/KS	Klokken
12:00	60 m (2)						12:00	Høyde	Spyd	Høyde	Spyd	Kule	Spyd	Kule		Tresteg	Tresteg	12:00
12:05							12:05											12:05
12:10							12:10											12:10
12:15		60 m					12:15											12:15
12:20			60 m (5)				12:20											12:20
12:25							12:25											12:25
12:30							12:30											12:30
12:35							12:35	Spyd	Høyde	Spyd	Høyde	Tresteg	Tresteg	Tresteg				12:35
12:40							12:40											12:40
12:45				60 m			12:45											12:45
12:50							12:50											12:50
12:55					60 m (2)		12:55											12:55
13:00							13:00									Spyd	Spyd	13:00
13:05	Lengde	Lengde				60 m	13:05											13:05
13:10							13:10											13:10
13:15							13:15											13:15
13:20							13:20						Kule		Kule			13:20
13:25			Lengde				13:25	60 m										13:25
13:30							13:30		60 m (2)			Spyd		Spyd				13:30
13:35							13:35											13:35
13:40							13:40			60 m						Høyde	Høyde	13:40
13:45							13:45			40 m T/F 40								13:45
13:50				Lengde	Lengde	Lengde	13:50				60 m (2)							13:50
13:55							13:55	Kule		Kule								13:55
14:00							14:00											14:00
14:05	Liten ball	Liten ball					14:05					60 m						14:05
14:10							14:10						60 m (2)					14:10
14:15							14:15		Kule		Kule							14:15
14:20							14:20											14:20
14:25			Liten ball				14:25							60 m (2)				14:25
14:30							14:30											14:30
14:35							14:35								60 m			14:35
14:40							14:40											14:40
14:45							14:45						Lengde u/t		Lengde u/t	60 m (2)		14:45
14:50							14:50											14:50
14:55							14:55										60 m (2)	14:55
15:00				Liten ball	Liten ball	Liten ball	15:00											15:00
15:05							15:05					Lengde u/t		Lengde u/t		60 m B		15:05
15:10							15:10									60 m A		15:10
15:15							15:15										60 m B	15:15
15:20							15:20										60 m A	15:20
15:25							15:25											15:25
15:30	Hinderløp	Hinderløp					15:30											15:30
15:35							15:35	Lengde		Lengde								15:35
15:40			Hinderløp				15:40									Kule	Kule	15:40
15:45							15:45											15:45
15:50				Hinderløp	Hinderløp	Hinderløp	15:50											15:50
15:55							15:55											15:55
16:00							16:00											16:00
16:05							16:05		Lengde		Lengde							16:05
16:10							16:10											16:10
16:15							16:15											16:15
16:20							16:20					Høyde	Høyde	Høyde				16:20
16:25							16:25											16:25
16:30							16:30											16:30
16:35							16:35											16:35
16:40							16:40											16:40
16:45							16:45	400 m		400 m						Lengde u/t	Lengde u/t	16:45
16:50							16:50											16:50
16:55							16:55		400 m		400 m							16:55
17:00							17:00											17:00
17:05							17:05					400 m		400 m				17:05
17:10							17:10											17:10
17:15							17:15						400 m		400 m			17:15
17:20							17:20											17:20
17:25							17:25									400 m	400 m	17:25
17:30							17:30											17:30
17:35							17:35											17:35