

## RASKA Stórkapping 3, leygardagin 17/6-2023 á Tórsbreyt

	renning	bóltkast	longd grøv 1	longd grøv 2	hæddarlop	spjótkest
11.00	400m g14 - 15	g 10-11 (6)				g 12 -13 (7)
11.05	400m d14 - menn					
11.10	400m g16 - kv		g 14-15 (5)			
11.20				d 14-15 (2)		
11.25	80m g 8-9 riðil 1					
11.30	80m g 8-9 riðil 2					
11.35	80m d 8-9 riðil 1				16 - kv/menn (9)	d 12-13 (4)
11.40	80m d.8-9 riðil 2					
11.45	80m d 8-9 riðil 3	g 8-9 (9)				
11.50	80m g 10-11					
11.55	80m d 10-11		d 8-9 (12)			
12.00	80m g 12-13 riðil 1					d 14-15 (3)
12.05	80m g 12-13 riðil 2					
12.10	80m d 12-13					
12.15						
12.20						
12.25						
12.30		d 10-11 (4)		g/d 12-13 (11)		g 14 - kvinnur (9)
12.35						
12.40	300m g 8-9					
12.45						
12.50	300m d 8-9					
12.55			g 8-9 (7)			
13.00						
13.05	800m g 10-11	d.8-9 (13)				
13.10				g U8 (7)		
13.15	800m d 10-11					
13.20						
13.25			g.10-11 (6)			
13.30	1000m g 12-13					
13.35						d 19 - menn
13.40	1000m d 12-13			d U8 (8)		
13.45						
13.50			d 10-11 (4)			
13.55	1500m g 14-19					
14.00						
14.05	1500m d 14-15					
14.10						