UP-STÆVNE - torsdag den 22. august 2019 på Frederiksberg Stadion

TIDSSKEMA - {endeligt }

Tidspunkt:	Løb:		Længde [1]:	Længde [2]:	Højde:	Kugle [1]:	Kugle [2]	Bold:
17:30	40 m	Pi 09 [14/2]			Pi+dr 13 [5+4]	Pi 11 [11]		
17:40	40 m	Dr 09 [11/2]						
17:45				Pi 09 [12]				
17:55	60 m	Dr 11 [15/2]					Dr 09 [7]	
18:05	60 m	P11 [22/3]	Dr 13 [10]					
18:10						D11 [11]		
18:15					P11 [12]			
18:20	80 m	P13 [19/3]		Dr 09 [11]			Pi 09 [5]	
18:30								
18:40	80 m	Dr 13 [14/2]						
18:45					D11 [4]			
18:50								
18:55				P11 [27]		P/D13[5+4]		P/D9[8/4]
19:05			D11[19]					
19:20								
19:25	400 m	P9[7]						
19:35	400 m	D9[8]						
19:40								
19:45	400 m		Pi 13 [20]					
19;55	400 m	P11 [16]						
20:05	400 m	D11[12]						
20:15	600 m	D13 [5]						
20:20								
20:35	600 m	P13 [5]						
20:45								
								20.8.2019