

SAUL SM-HALLIT 2024 Alustava aikataulu (päivitetty 13.11.2023)

PERJANTAI 16.2.

18:00	3000 m kävely	M70+
18:40	3000 m kävely	N30+
19:20	3000 m kävely	M30-65

LAUANTAI 17.2.

JUOKSUT

10:00	60m alkuerät	kaikki sarjat, joissa tarve
11:12	60m lk	M80,85,90,95
11:16	60m lk	N75,80
11:20	60m lk	M75
11:24	60m lk	N70
11:28	60m lk	M70
11:32	60m lk	N65
11:36	60m lk	M65
11:40	60m lk	N60
11:48	60m lk	M60
11:52	60m lk	N55
11:56	60m lk	M55
12:00	60m lk	N50
12:04	60m lk	M50
12:08	60m lk	N45
12:12	60m lk	M45
12:16	60m lk	N40
12:20	60m lk	M40
12:24	60m lk	N35
12:28	60m lk	M35
12:32	60m lk	N30
12:36	60m lk	M30
12:45	AVAUS	
13:30	400m	M85-95
13:34	400m	N70,75
13:38	400m	M75,80
13:46	400m	N65,80
13:50	400m	M70
13:58	400m	M65
14:10	400m	N55,60
14:22	400m	M60
14:34	400m	M55
14:46	400m	N45,50
14:54	400m	M50
15:02	400m	M45
15:10	400m	N40
15:14	400m	M40
15:26	400m	N35
15:34	400m	M35
15:42	400m	N30
15:50	400m	M30
16:10	1500m	N50-75
16:20	1500m	M70-85
16:30	1500m	M60-65
16:40	1500m	M55
16:50	1500m	M45-50
17:00	1500m	N30-45
17:10	1500m	M30-40
17:30	3x200m	M80+-75-70
17:35	4x200m	N60+-55-50
17:45	4x200m	M65-60-55-50
18:00	4x200m	N45-40-35-30
18:20	4x200m	M45-40-35-30

HYPYT ja HEITOT

10:00	Korkeus	N70+	P1
10:00	Korkeus	M30-35	P2
10:00	Pituus	M70+	P1
10:00	Pituus	N60-65	P2
10:00	Kuula	N40	P1
10:00	Seiväs	M50-55	
11:15	Kuula	N45	P1
11:15	Korkeus	N50-55	P1
11:15	Korkeus	M40-45	P2
11:30	Pituus	N30-35	P1
11:30	Pituus	M60-65	P2
12:00	Painonheitto	N30-40	
12:15	Kuula	N70+	P1
12:45	Seiväs	M30-45	
12:45	Korkeus	M70+	P1
13:00	Korkeus	M50-55	P2
13:15	Pituus	N70+	P1
13:15	Painonheitto	N60-65	
13:30	Pituus	N40-45	P2
14:00	Kuula	N30	P1
14:15	Korkeus	M60	P1
14:30	Pituus	M30-40	P1
14:30	Painonheitto	N45-55	
14:45	Korkeus	N60-65	P2
15:00	Pituus	M45	P2
15:15	Kuula	N35	P1
15:15	Korkeus	M65	P1
15:45	Painonheitto	N70+	
15:45	Kuula	N65	P2
16:00	Pituus	N50-55	P1
16:15	Korkeus	N40-45	P2
16:30	Kuula	N55-60	P1
16:30	Pituus	M50-55	P2
16:30	Korkeus	N30-35	P1
17:00	Kuula	N50	P2

SUNNUNTAI 18.2.**JUOKSUT**

10:00	60m aj.(68,6)	M80-85
10:05	60m aj.(68,6)	N60-75
10:10	60m aj.(76,2)	M70-75
10:15	60m aj.(76,2)	N50-55
10:20	60m aj.(76,2)	N45
10:25	60m aj.(76,2)	N40
10:30	60m aj.(83,8)	M65
10:35	60m aj.(83,8)	M60
10:40	60m aj.(83,8)	N30-35
10:45	60m aj.(91,4)	M55
10:50	60m aj.(91,4)	M50
10:55	60m aj.(99,1)	M35,45
11:00	60m aj.(106,7)	M30,40(99,1)
11:05	AVAUS	
11:10	200m	M90,95
11:14	200m	M85
11:18	200m	N80
11:22	200m	M80
11:26	200m	N75
11:30	200m	M75
11:38	200m	N70
11:42	200m	M70
11:50	200m	N65
11:58	200m	M65
12:10	200m	N60
12:18	200m	M60
12:30	200m	N55
12:38	200m	M55
12:50	200m	N50
13:02	200m	M50
13:14	200m	N45
13:22	200m	M45
13:34	200m	N40
13:46	200m	M40
13:54	200m	N35
14:06	200m	M35
14:14	200m	N30
14:22	200m	M30
14:30	800m	M75-85
14:37	800m	N60-75
14:44	800m	M70
14:51	800m	M65
14:58	800m	M60
15:05	800m	N50-55
15:12	800m	M55
15:19	800m	M50
15:26	800m	M45
15:33	800m	N40
15:40	800m	M40
15:47	800m	N30-35
15:54	800m	M30-35
16:05	3000m	N45-75
16:25	3000m	M65-85
16:45	3000m	M55-60
17:05	3000m	M40-50
17:25	3000m	N30-40
17:45	3000m	M30-35

HYPYT ja HEITOT

10:00	Painonheitto	M70+	
10:30	Kuula	M50	P1
10:30	3-loikka	M70+	P2
11:00	Kuula	M40-45	P2
11:00	3-loikka	M55-60	P1
11:15	Painonheitto	M60-65	
11:30	Seiväs	N30+	
12:00	3-loikka	M65	P2
12:30	Kuula	M55 & M70	P1
12:30	Kuula	M75+	P2
12:30	Painonheitto	M30-45	
12:30	3-loikka	M45-50	P2
13:30	Seiväs	M60-65	
13:30	3-loikka	N60+	P2
14:00	3-loikka	N30-40	P1
14:30	Kuula	M30-35	P1
14:45	Painonheitto	M50-55	
15:00	3-loikka	N45-55	P2
15:30	Kuula	M60	P2
15:30	Seiväs	M70+	
15:30	3-loikka	M30-40	P1
15:45	Kuula	M65	P1