



För aktiva:

- Uppvärmning sker utomhus eller i Sprinthallen.
- Alla får två lopp på 60 m, där finalen seedas efter tider från försöken.
- Ingen kiosk finns öppen denna kväll.
- All avprickning sker digitalt på easyrecord.se
- Alla resultat publicerar online på easyrecord.se
- Nedan tider för 60 m, 200 m och 400 m är ca tider för start. Ha en dialog med löpningsledaren om när grenen startar.

Grenordning – nästa gren börjar när föregående gren är avslutad.

Gren	Avprickning	Tidsordning
60 m häck	16:45	Första start 17:00 Ordning: F13, F15, F17, P13, P15, P17
60 m försök	17:00	ca 17:55 – först kvinnor, därefter män
60 m final		ca 18:50 först kvinnor, därefter män där A-final avslutar
400 m	17:55	ca 19:35 – först kvinnor, därefter män
200 m	17:55	ca 19:55 - först kvinnor, därefter män A-final avslutar

IFK Växjö bjuder på glögg och pepparkakor till alla som besöker Luciasprinten.

/ IFK Växjö