

Tid	Löpning	Hopp	Kast
13.00	M 200m	K Tresteg / M Höjd	M/K Diskus
13.05			
13.10	K 200m		
13.15			
13.20			
13.25	K 800m		
13.30			
13.35	M 800m		
13.40			
13.45			
13.50			
13.55			
14.00	K 100m Häck		
14.05			
14.10	M 110m Häck		
14.15			
14.20	K 5000m		
14.25			
14.30			M/K Spjut
14.35			
14.40			
14.45			
14.50	M 5000m		
14.55			
15.00			
15.05		M Tresteg / K Höjd	
15.10			
15.15			
15.20	K 400m		
15.25			
15.30	M 400m		
15.35			
15.40			
15.45			
15.50			
15.55			
16.00	K 4x100m		
16.05			
16.10			
16.15	M 4x100m		
16.20			
16.25			
16.30			
16.35			
16.40			
16.45			
16.50			
16.55			
17.00			