



Tidsskjema NM-innendørs 18. – 19. februar 2023

Lørdag						
Call-room, siste frist		Innmarsj	Starttid	Klasse	Øvelse	Type
11:40	1	11:50	12:20	KJ/KS	Høyde u/t	Finale
12:50	1	13:00	13:30	KS	Kule	Finale
12:50	1	13:00	13:30	K para	Kule	Finale
13:15	2	13:24	13:30	MS	60m forsøk	Heat 1
13:19	1	13:28	13:34	MS	60m forsøk	Heat 2
13:23	2	13:32	13:38	MS	60m forsøk	Heat 3
13:27	1	13:36	13:42	MS	60m forsøk	Heat 4
13:31	2	13:40	13:46	MS	60m forsøk	Heat 5
13:35	1	13:44	13:50	MS	60m forsøk	Heat 6
13:39	2	13:48	13:54	MS	60m forsøk	Heat 7
13:43	1	13:52	13:58	MS	60m forsøk	Heat 8
13:47	2	13:56	14:02	MS	60m forsøk	Heat 9
13:51	2	14:00	14:06	MS	60m forsøk	Heat 10
14:00	1	14:09	14:15	KS	60m forsøk	Heat 1
14:04	2	14:13	14:19	KS	60m forsøk	Heat 2
14:08	2	14:17	14:23	KS	60m forsøk	Heat 3
14:12	1	14:21	14:27	KS	60m forsøk	Heat 4
14:16	2	14:25	14:31	KS	60m forsøk	Heat 5
14:20	1	14:28	14:35	KS	60m forsøk	Heat 6
13:50	1	14:00	14:30	MJ	Høyde u/t	Finale
14:30	2	14:39	14:45	KS	3000m kappgang	Finale
14:30	2	14:39	14:45	MS	5000m kappgang	Finale
14:10	1	14:20	14:50	MS	Kule	Finale
15:05	1	15:14	15:20	MS	60m semifinale	Heat 1
15:10	2	15:19	15:25	MS	60m semifinale	Heat 2
15:15	1	15:24	15:30	MS	60m semifinale	Heat 3
15:20	2	15:29	15:35	KS	60m semifinale	Heat 1
15:25	1	15:34	15:40	KS	60m semifinale	Heat 2
15:30	2	15:39	15:45	KS	60m semifinale	Heat 3
15:05	1	15:15	15:45	MS	Høyde u/t	Finale
15:00	2	15:10	15:45	KS	Tresteg	Finale
			15:50		Åpning	
15:45	2	15:54	16:00	KS	400m	D-heat
15:50	1	15:59	16:05	KS	400m	C-heat
15:55	2	16:04	16:10	KS	400m	B-heat
16:00	1	16:09	16:15	MS	400m	D-heat
16:05	2	16:14	16:20	MS	400m	C-heat
16:10	1	16:19	16:25	MS	400m	B-heat
16:20	2	16:29	16:35	K Para	400m	Finale
16:30	1	16:39	16:50	M Para	400 m Para	Finale
16:35	2	16:44	16:50	M Para U	400m Para Utv.h	Finale

15:45	1	15:55	16:55	KS	Stav	Finale
16:50	2	16:59	17:05	M para	60m	Finale
16:55	1	17:04	17:10	K para	60m	Finale
17:00	2	17:09	17:15	M Para U	60m	Finale
17:15	1	17:24	17:30	MS	60m	Finale
17:25	2	17:34	17:40	KS	60m	Finale
17:05	1	17:15	17:45	MS	Tresteg	Finale
17:50	1	17:57	18:05	KS	400m	A-heat
17:55	2	18:02	18:10	MS	400m	A-heat
18:10	1	18:19	18:25	KS	1500m	A-heat
18:30	2	18:40	18:46	MS	1500m	A-heat
18:50	1	18:59	19:05	KS	1500m	B-heat
18:55	2	19:08	19:13	MS	1500m	B-heat
19:07	1	19:16	19:21	MS	1500m	C-heat
19:14	2	19:24	19:29	Ms	1500m	D-heat
19:20	1	19:30	19:36	Para	1500m	Finale
19:35	2	19:44	19:50	KS	200m forsøk	Heat 1
19:40	1	19:49	19:55	KS	200m forsøk	Heat 2
19:45	2	19:54	20:00	KS	200m forsøk	Heat 3
19:50	1	19:59	20:05	KS	200m forsøk	Heat 4
19:55	2	20:04	20:10	KS	200m forsøk	Heat 5
20:00	1	20:09	20:15	KS	200m forsøk	Heat 6
20:05	2	20:14	20:20	MS	200m forsøk	Heat 1
20:10	1	20:19	20:25	MS	200m forsøk	Heat 2
20:15	2	20:24	20:30	MS	200m forsøk	Heat 3
20:20	1	20:29	20:35	MS	200m forsøk	Heat 4
20:25	2	20:34	20:40	MS	200m forsøk	Heat 5
20:30	1	20:39	20:45	MS	200m forsøk	Heat 6
20:35	2	20:44	20:50	MS	200m forsøk	Heat 7
20:40	1	20:49	20:55	MS	200m forsøk	Heat 8
20:45	2	20:54	21:00	MS	200m forsøk	Heat 9
20:50	1	20:59	21:05	MS	200m forsøk	Heat 10
20:55	2	21:04	21:10	MS	200m forsøk	Heat 11
21:00	1	21:09	21:15	MS	200m forsøk	Heat 12
21:05	2	21.14	21:20	MS	200m forsøk	Heat 13

Søndag						
Call-room, siste frist		Innmarsj	Starttid	Klasse	Øvelse	Type
09:20	1	09:30	10:00	KS	Lengde, grup 1 & 2	Kval.
09:25	2	09:35	10:00	MJ	Lengde u/t, grup 3	Finale
10:05	1	10:12	10:20	MS	60m hekk forsøk	Heat 1
10:10	2	10:17	10:25	MS	60m hekk forsøk	Heat 2
10:25	1	10:32	10:40	KS	60m hekk forsøk	Heat 1
10:30	2	10:37	10:45	KS	60m hekk forsøk	Heat 2
10:16	2	10:25	10:55	MS	Lengde, grup 1	Finale
10:16	2	10:25	10:55	M para	Lengde	Finale
10:45	1	10:54	11:00	KS	3000m	B-heat
10:20	1	10:30	11:00	KJ	Lengde u/t, grup 2	Finale
11:02	2	11:11	11:17	MS	3000m	C-heat
10:50	1	11:00	11:30	KS	Høyde	Finale
11:10	1	11:25	11:32	MS	3000m	B-heat
11:34	2	11:43	11:50	KS	800m	B-heat
11:43	1	11:52	12:00	MS	800m	D-heat
11:53	2	12:02	12:10	MS	800m	C-heat
12:03	1	12:12	12:20	MS	800m	B-heat
11:55	1	12:05	12:35	KS	Lengde u/t, grup 2	Finale
11:15	1	11:25	12:25	MS	Stav	Finale
12:05	2	12:15	12:45	KS	Lengde, grup 1	Finale
12:50	1	12:57	13:05	KS	60m hekk	Finale
12:54	2	13:06	13:14	MS	60m hekk	Finale
13:05	1	13:13	13:20	K Para	200m	Finale
13:10	2	13:18	13:25	M Para	200m	Finale
12:55	1	13:05	13:35	MS	Høyde	Finale
13:00	2	13:10	13:40	MS	Lengde u/t, grup 2	Finale
13:25	1	13:34	13:40	KS	200m	Finale
13:32	2	13:41	13:47	MS	200m	Finale
13:40	1	13:49	13:57	KS	800m	A-heat
13:50	2	13:58	14:06	MS	800m	A-heat
14:01	1	14:10	14:16	KS	3000m	A-heat
14:10	2	14:25	14:31	MS	3000m	A-heat
14:30	1	14:39	14:50	MS	Stafett	B-heat
14:36	2	14:45	14:56	MS	Stafett	A-heat
14:45	1	14:54	15:05	KS	Stafett	B-heat
14:51	2	15:00	15:11	KS	Stafett	A-heat



NRK sender direkte fra NM lørdag klokka 17.00-19.00 og søndag kl 13.00-14.45.

Lengde kvalifisering menn (17 påmeldte) utgår av hensyn til utøverne, tidskjema/tilgjengelig tid, kollisjoner, hensyn til tv-sending mm.

Kule kvalifisering kvinner utgår (14 påmeldte).

60m MS: Påmeldingsantall (80 påmeldte) overgår antall i avansementtabell i NM-reglement. Vi har besluttet å unngå mellomheat av hensyn til utøvere og potensielt antall løp på lørdag med både 60 m og 200 forsøk.

Ved 10 forsøksheat vil heatvinnere og 14 beste tider gå videre til semifinale, blir det bare 9 forsøksheat eller færre, så følges tabellen ihht. NM-reglement. Den finner dere her: [Reglement NM og UM 2023 \(friidrett.no\)](#)

Overnevnte beslutninger er tatt mellom stevneleder, arrangørklubber, TD og NFIF adm.