

Öppna Åländska mästerskapen 2023

Arrangör: IF Åland Friidrott

Uppdaterat 23 juli

Dag 1: Måndag 24 juli, Baltic Friidrottsarena

Tid	Löpning	Kast	Hopp
18.00	80m häck (F15)	Kula	Höjd
18.10	100m häck (P15 + D17/D)		
18.20	110m häck (H17/H)		
18.25			Längd
18.45	200m		
19.00	800m		
19.15	300m häck (F/P 15)	Diskus	
19.30	400m häck		

Dag 2: Onsdag 26 juli, Baltic Friidrottsarena

Tid	Löpning	Kast	Hopp
17.45	1500m hinder (DT)		
18.00	100m		
18.10		Spjut	Stav
18.45	400m		
19.00	300m (F/P15)		Tresteg
19.10	1500m	Slägga	

Var på plats 30 minuter före grenstart, då detta är ett preliminärt tidsprogram.
Efteranmälan på plats senast 30 min före tävlingsstart.

