

UM / NM

Mangekamp 2026

Gutter	Mangekamp	Dag 1: 24.5.2026 (Søndag)					Dag 2: 25.5.2026 (Mandag)				
15 år	9-kamp	100 m	Lengde	Kule	Høyde		100 m hekk	Diskos	Stav	Spyd	1000 m
16 år	10-kamp	100 m	Lengde	Kule	Høyde	400 m	100 m hekk	Diskos	Stav	Spyd	1500 m
17 år	10-kamp	100 m	Lengde	Kule	Høyde	400 m	110 m hekk	Diskos	Stav	Spyd	1500 m
18-19 år	10-kamp	100 m	Lengde	Kule	Høyde	400 m	110 m hekk	Diskos	Stav	Spyd	1500 m
Senior	10-kamp	100 m	Lengde	Kule	Høyde	400 m	110 m hekk	Diskos	Stav	Spyd	1500 m

Jenter	Mangekamp	Dag 1: 24.5.2026 (Søndag)				Dag 2: 25.5.2026 (Mandag)		
15 år	7-kamp	80 m hekk	Høyde	Kule	200 m	Lengde	Spyd	800 m
16 år	7-kamp	80 m hekk	Høyde	Kule	200 m	Lengde	Spyd	800 m
17 år	7-kamp	100 m hekk	Høyde	Kule	200 m	Lengde	Spyd	800 m
18-19 år	7-kamp	100 m hekk	Høyde	Kule	200 m	Lengde	Spyd	800 m
Senior	7-kamp	100 m hekk	Høyde	Kule	200 m	Lengde	Spyd	800 m



Greveskogen idrettspark 24. og 25.mai 2026

Påmelding i [iSonen.no](https://www.isonen.no)

Påmeldingsfrist 15.mai 2026

Informasjon om arrangementet: [se link til arrangementet på tfik.no](https://www.tfik.no)