

TWILIGHT B Program 2021/22 Season

	U6B	U6G	U7B	U7G	U8 B	U8 G	U9 B	U9 G	U10 B	U10 G	U11 B	U11 G	U12 B	U12 G	U13 - 16 B	U13 - 16 G
5.30	Warm UP	Warm Up	Warm Up	Warm UP	Warm UP	Warm UP	Warm UP	Warm UP	Warm UP	Warm UP	Warm UP	Warm UP	Warm UP	Warm UP	Warm UP	Warm UP
5.45	60m H	60m H	60m H	60m H	Disc (1)		Turbo (2)	Turbo (1)	LJ(1)	SP (1)	LJ (2)	TJ				
5.50	60m H	60m H	60m H	60m H	Disc (1)		Turbo(2)	Turbo (1)	LJ(1)	SP (1)	LJ (2)	TJ			1500m	1500m
5.55	60m H	60m H	60m H	60m H	Disc (1)	100m	Turbo(2)	Turbo (1)	LJ(1)	SP (1)	LJ (2)	TJ	1500m	1500m		
6.00	60m H	60m H	60m H	60m H	Disc (1)		Turbo(2)	Turbo (1)	LJ(1)	SP (1)	LJ (2)	TJ				
6.05	60m H	60m H	60m H	60m H	Disc (1)		Turbo(2)	Turbo (1)	LJ(1)	SP (1)	LJ (2)	TJ				
6.10	60m H	60m H	60m H	60m H	Disc (1)		Turbo(2)	Turbo (1)	LJ(1)	SP (1)	LJ (2)	TJ				
6.15	SP (1)	Vortex (1)	SP (1)	Vortex (2)		LJ (2)							Javelin	Disc (1)	LJ (1)	TJ
6.20	SP (1)	Vortex (1)	SP (1)	Vortex (2)		LJ (2)		100m		100m	1500M		Javelin	Disc (1)	LJ (1)	TJ
6.25	SP (1)	Vortex (1)	SP (1)	Vortex (2)	100m	LJ (2)	100m		100m			1500M	Javelin	Disc (1)	LJ (1)	TJ
6.30	SP (1)	Vortex (1)	SP (1)	Vortex (2)		LJ (2)							Javelin	Disc (1)	LJ (1)	TJ
6.35	SP (1)	Vortex (1)	SP (1)	Vortex (2)		LJ (2)							Javelin	Disc (1)	LJ (1)	TJ
6.40	SP (1)	Vortex (1)	SP (1)	Vortex (2)		LJ (2)							Javelin	Disc (1)	LJ (1)	TJ
6.45					LJ (1)	Vortex (1)	LJ (2)	SP (1)	Turbo (1)	LJ	Disc (2)	Disc (1)	TJ			Javelin
6.50	100M		100m		LJ (1)	Vortex (1)	LJ (2)	SP (1)	Turbo (1)	LJ	Disc (2)	Disc (1)	TJ			Javelin
6.55					LJ (1)	Vortex (1)	LJ (2)	SP (1)	Turbo (1)	LJ	Disc (2)	Disc (1)	100m	TJ	100m	Javelin
7.00		100M		100m	LJ (1)	Vortex (1)	LJ (2)	SP (1)	Turbo (1)	LJ	Disc (2)	Disc (1)	TJ			Javelin
7.05					LJ (1)	Vortex (1)	LJ (2)	SP (1)	Turbo (1)	LJ	Disc (2)	Disc (1)	TJ			Javelin
7.10					LJ (1)	Vortex (1)	LJ (2)	SP (1)	Turbo (1)	LJ	Disc (2)	Disc (1)	TJ			Javelin
7.15			Vortex	LJ (1)									LJ (2)			Javelin
7.20			Vortex	LJ (1)	70m		400m	400m	400m			100m	LJ (2)	100M		Javelin
7.25			Vortex	LJ (1)		70m				400m	100m		LJ (2)			Javelin
7.30			Vortex	LJ (1)									LJ (2)			Javelin
7.35			Vortex	LJ (1)									LJ (2)			Javelin
7.40			Vortex	LJ (1)									LJ (2)			Javelin