

Taekwon-do ITF - Norgesmesterskap og Landsmesterskap 2019 - 2019-11-09

	Ring 1	Ring 2	Ring 3	Ring 4	Ring 5	Ring 6	Ring 7	Ring 8	Ring 9
08:30									
08:35									
08:40									
08:45									
08:50									
08:55									
09:00									
09:05									
09:10									
09:15									
09:20									
09:25									
09:30									
09:35									
09:40									
09:45									
09:50									
09:55									
10:00									
10:05									
10:10									
10:15									
10:20									
10:25									
10:30									
10:35									
10:40									
10:45									
10:50									
10:55									
11:00									
11:05									
11:10									
11:15									
11:20									
11:25									
11:30									
11:35									
11:40									
11:45									
11:50									
11:55									
12:00									
12:05									
12:10									
12:15									
12:20									
12:25									
12:30									
12:35									
12:40									
12:45									
12:50									
12:55									
13:00									
13:05									
13:10									
13:15									
13:20									
13:25									
13:30									
08:30						0070 Senior Dame Mønster Rødt (8) 08:30 - 08:50			
08:40									
08:45									
08:50	0220 Senior Herre Mønster 3 og 4 Dan (10) Pool 1/1 08:30 - 09:15		0200 Senior Herre Mønster 1 Dan (10) Pool 2/2 08:30 - 09:20	0080 Senior Dame Mønster 1 Dan (11) Pool 1/2 08:30 - 09:25			0200 Senior Herre Mønster 1 Dan (11) Pool 1/2 08:30 - 09:25	0080 Senior Dame Mønster 1 Dan (11) Pool 2/2 08:30 - 09:25	
08:55						0110 Veteran Dame Mønster Rødt (4) 08:55 - 09:10			
09:00									
09:05									
09:10									
09:15									
09:20		0210 Senior Herre Mønster 2 Dan (16) 08:30 - 09:55			0090 Senior Damer Mønster 2 Dan (14) 08:30 - 09:40				0160 Junior Herre Mønster 1-3 Dan (13) Pool 1/2 08:30 - 09:35
09:25			0200 Senior Herre Mønster 1 Dan (2) Final						
09:30	0100 Senior Damer Mønster 3 og 4 Dan (8) Pool 1/1 09:25 - 10:00			0080 Senior Dame Mønster 1 Dan (2) Final		0130 Yngre Junior Herre Mønster Rødt (14) Pool 1/2 09:15 - 09:55		0120 Veteran Dame Mønster 1-4 Dan (9) 09:30 - 09:55	
09:35									
09:40									
09:45									
09:50			0020 Yngre Junior Dame Mønster Alle Dan (5) 09:35 - 10:05		0030 Junior Dame Mønster Rødt (16) Pool 1/2 09:40 - 10:25		0060 Eldre Junior Dame Mønster 1-3 Dan (11) Pool 1/2 09:35 - 10:30		
09:55				0060 Eldre Junior Dame Mønster 1-3 Dan (10) Pool 2/2 09:40 - 10:30					
10:00						0130 Yngre Junior Herre Mønster Rødt (14) Pool 2/2 09:55 - 10:35			0160 Junior Herre Mønster 1-3 Dan (13) Pool 2/2 09:35 - 10:40
10:05									
10:10									
10:15									
10:20									
10:25									
10:30									
10:35	0560 Senior Damer Sparring Dan +75 KG (5) 10:10 - 10:50		0920 Senior Herre Sparring Dan +85 KG (5) 10:10 - 10:50			0130 Yngre Junior Herre Mønster Rødt (2) Final		0900 Senior Herre Sparring Dan -78 KG (6) 10:00 - 10:50	
10:40		0010 Yngre Junior Dame Mønster Rødt (28) 10:00 - 11:20			0030 Junior Dame Mønster Rødt (16) Pool 2/2 10:25 - 11:10			0060 Eldre Junior Dame Mønster 1-3 Dan (2) Final	0160 Junior Herre Mønster 1-3 Dan (2) Final
10:45									
10:50									
10:55									
11:00									
11:05									
11:10	Lunsj 10:55 - 11:40 (00:45)		Lunsj 10:55 - 11:40 (00:45)	Lunsj 10:45 - 11:30 (00:45)	0030 Junior Dame Mønster Rødt (2) Final	0170 Eldre Junior Herre Mønster Rødt (15) 10:45 - 11:30	Lunsj 10:55 - 11:40 (00:45)	Lunsj 10:50 - 11:35 (00:45)	0150 Junior Herre Mønster Rødt (19) Pool 1/2 10:45 - 11:40
11:15									
11:20									
11:25									
11:30									
11:35									
11:40									
11:45		Lunsj 11:30 - 12:15 (00:45)		0540 Senior Damer Sparring Dan -68 KG (5) 11:30 - 12:10		Lunsj 11:30 - 12:15 (00:45)		0910 Senior Herre Sparring Dan -85 KG (5) 11:40 - 12:20	Lunsj 11:40 - 12:25 (00:45)
11:50									
11:55									
12:00									
12:05									
12:10									
12:15									
12:20	0520 Senior Damer Sparring Dan -56 KG (11) 11:45 - 13:05		0530 Senior Damer Sparring Dan -62 KG (10) Pool 1/1 11:50 - 12:55		Lunsj 11:45 - 12:30 (00:45)		0890 Senior Herre Sparring Dan -70 KG (12) Pool 1/1 11:45 - 13:05		
12:25									
12:30									
12:35		0050 Eldre Junior Dame Mønster Rødt (14) 12:25 - 13:05		0880 Senior Herre Sparring Dan -63 Kg (6) 12:15 - 13:05	2010 Tradisjonell Sparring Dan Alle Junior (7) 12:30 - 13:05	0150 Junior Herre Mønster Rødt (18) Pool 2/2 12:15 - 13:05		0550 Senior Damer Sparring Dan -75 KG (6) 12:20 - 13:10	0230 Veteran Herre Mønster Rødt (15) 12:25 - 13:10
12:40									
12:45									
12:50									
12:55									
13:00									
13:05						0150 Junior Herre Mønster Rødt (2) Final			
13:10									
13:15									
13:20	Offisiell åpning 13:15 - 14:00 (00:45)	Offisiell åpning 13:15 - 14:30 (01:15)	Offisiell åpning 13:15 - 14:30 (01:15)	Offisiell åpning 13:15 - 14:30 (01:15)	Offisiell åpning 13:15 - 14:30 (01:15)	Offisiell åpning 13:15 - 14:30 (01:15)	Offisiell åpning 13:15 - 14:30 (01:15)	Offisiell åpning 13:15 - 14:30 (01:15)	Offisiell åpning 13:15 - 14:30 (01:15)
13:25									
13:30									

Taekwon-do ITF - Norgesmesterskap og Landsmesterskap 2019 - 2019-11-09

	Ring 1	Ring 2	Ring 3	Ring 4	Ring 5	Ring 6	Ring 7	Ring 8	Ring 9
13:35									
13:40									
13:45									
13:50									
13:55									
14:00	0100 Senior Damer Mønster 3 og 4 Dan (2) Final								
14:05	0220 Senior Herre Mønster 3 og 4 Dan (2) Final								
14:10	0530 Senior Damer Sparring Dan -62 KG (2) Final 14:10 - 14:20								
14:15									
14:20	0890 Senior Herre Sparring Dan -70 KG (2) Final 14:20 - 14:30								
14:25									
14:30									
14:35		0440 Eldre Junior Damer Sparring Dan -50 KG (2) 14:35 - 14:45							
14:40	2020 Tradisjonell Sparring Dan Senior og Veteran (5) 14:35 - 15:00				0140 Yngre Junior Herre Mønster Alle Dan (6) 14:30 - 15:05	0850 Senior Herre Sparring Rødt -78 KG (6) 14:40 - 15:00			
14:45									
14:50		0450 Eldre Junior Damer Sparring Dan -55 KG (3) 14:50 - 15:15							
14:55									
15:00									
15:05			0040 Junior Dame Mønster 1-3 Dan (17) Pool 1/2 14:30 - 16:00	0180 Eldre Junior Herre Mønster 1-3 Dan (16) Pool 1/2 14:30 - 15:55		0870 Senior Herre Sparring Rødt +85 KG (4) 15:05 - 15:20	0040 Junior Dame Mønster 1-3 Dan (16) Pool 2/2 14:35 - 16:00	0180 Eldre Junior Herre Mønster 1-3 Dan (16) Pool 2/2 14:35 - 16:00	0240 Veteran Herre Mønster 1-4 Dan (23) 14:35 - 15:40
15:10									
15:15	0460 Eldre Junior Damer Sparring Dan -60 KG (4) 15:10 - 15:45								
15:20									
15:25		0760 Eldre Junior Herre Sparring Rødt -62 KG (6) 15:25 - 15:45							
15:30									
15:35						0930 Veteran Herre Sparring Rødt -80 KG (7) 15:30 - 15:50			
15:40									
15:45									
15:50									0490 Senior Damer Sparring Rødt -68 KG (2)
15:55									
16:00				0180 Eldre Junior Herre Mønster 1-3 Dan (2) Final	0720 Junior Herre Sparring Dan -68 KG (11) 15:15 - 16:35				0510 Senior Damer Sparring Rødt +75 KG (2)
16:05	0480 Eldre Junior Damer Sparring Dan +65 KG (8) 15:50 - 16:45	0770 Eldre Junior Herre Sparring Rødt -68 KG (6) 15:55 - 16:15	0040 Junior Dame Mønster 1-3 Dan (2) Final			0940 Veteran Herre Sparring Rødt +80 KG (8) 15:55 - 16:15			
16:10									0580 Veteran Damer Sparring Rødt +65 KG (2)
16:15									
16:20		0790 Eldre Junior Herre Sparring Rødt +75 KG (7) 16:20 - 16:40	0810 Eldre Junior Herre Sparring Dan -62 KG (3) 16:20 - 16:45			0950 Veteran Herre Sparring Dan -80 KG (9) 16:20 - 16:45			0590 Veteran Damer Sparring Dan -65 KG (2)
16:25									
16:30									0600 Veteran Damer Sparring Dan +65 KG (5) 16:30 - 16:45
16:35									
16:40				0840 Eldre Junior Herre Sparring Dan +75 KG (8) 16:15 - 17:10	0470 Eldre Junior Damer Sparring Dan -65 KG (2) 16:40 - 16:50				
16:45							0820 Eldre Junior Herre Sparring Dan -68 KG (10) 16:10 - 17:25	0830 Eldre Junior Herre Sparring Dan -75 KG (10) 16:10 - 17:25	0400 Eldre Junior Damer Sparring Rødt -55 KG (2)
16:50									
16:55									
17:00		0380 Junior Damer Sparring Dan +65 KG (4) 16:50 - 17:25	0700 Junior Herre Sparring Dan -56 KG (4) 16:50 - 17:25			0960 Veteran Herre Sparring Dan +80 KG (10) 16:50 - 17:20			0410 Eldre Junior Damer Sparring Rødt -60 KG (3) 17:00 - 17:10
17:05	0340 Junior Damer Sparring Dan -50 KG (3) 16:55 - 17:20				0730 Junior Herre Sparring Dan -75 KG (3) 16:55 - 17:20				
17:10									
17:15				0430 Eldre Junior Damer Sparring Rødt +65 KG (3) 17:15 - 17:25					0420 Eldre Junior Damer Sparring Rødt -65 KG (2)
17:20									

Taekwon-do ITF - Norgesmesterskap og Landsmesterskap 2019 - 2019-11-10

	Ring 1	Ring 2	Ring 3	Ring 4	Ring 5	Ring 6	Ring 7	Ring 8	Ring 9									
08:30																		
08:35	0350 Junior Damer Sparring Rødt -55 KG (6) 08:30 - 09:20	0290 Junior Damer Sparring Rødt -50 KG (4) 08:30 - 08:45	0360 Junior Damer Sparring Dan -60 KG (8) 08:30 - 09:25	3050 Spesialteknikk Dan Eldre Junior Damer 3 Øvelser (8) 08:30 - 09:10	0250 Yngre Junior Damer Sparring Dan og Rødt -45 KG (5) 08:30 - 08:45	0650 Junior Herre Sparring Rødt -56 KG (3) 08:30 - 08:40	0370 Junior Damer Sparring Dan -65 KG (7) 08:30 - 09:25	0710 Junior Herre Sparring Dan -62 KG (10) 08:30 - 09:45	0610 Yngre Junior Herre Sparring Dan og Rødt -50 KG (10) 08:30 - 09:00									
08:40																		
08:45																		
08:50																		
08:55					0300 Junior Damer Sparring Rødt -55 KG (6) 08:55 - 09:15						0260 Yngre Junior Damer Sparring Dan og Rødt -50 KG (6) 08:50 - 09:10	0660 Junior Herre Sparring Rødt -62 KG (10) 08:45 - 09:15						
09:00																		
09:05																		
09:10																		
09:15																		
09:20																		
09:25		0310 Junior Damer Sparring Rødt -60 KG (5) 09:25 - 09:40			0270 Yngre Junior Damer Sparring Dan og Rødt -55 KG (5) 09:15 - 09:30	0670 Junior Herre Sparring Rødt -68 KG (12) 09:20 - 09:55												
09:30	0280 Yngre Junior Damer Sparring Dan og Rødt +55 KG (13) 09:30 - 10:05																	
09:35			0330 Junior Damer Sparring Rødt +65 KG (4) 09:35 - 09:50	3060 Spesialteknikk Dan Eldre Junior Herrer 3 Øvelser (14) 09:15 - 10:25							0620 Yngre Junior Herre Sparring Dan og Rødt -56 KG (8) 09:05 - 09:25							
09:40																		
09:45			0640 Yngre Junior Herre Sparring Dan og Rødt +62 KG (6) 09:45 - 10:05									0630 Yngre Junior Herre Sparring Dan og Rødt -62 KG (6) 09:30 - 09:50						
09:50																		
09:55										0690 Junior Herre Sparring Rødt +75 KG (3) 09:50 - 10:00	0320 Junior Damer Sparring Rødt -65 KG (5) 09:55 - 10:10							
10:00																		
10:05					4010 Knusing Senior og Veteran Dan Damer (13) 09:40 - 11:00													
10:10																		
10:15																		
10:20																		
10:25																		
10:30	2060 Junior Herre DAN/Rødt Lag Mønster (7) Pool 1/2 10:30 - 11:30	2050 Junior Dame DAN/Rødt Lag Mønster (6) Pool 2/2 10:30 - 11:20	2050 Junior Dame DAN/Rødt Lag Mønster (6) Pool 1/2 10:30 - 11:20	3080 Spesialteknikk Dan Senior og Veteran Herrer 3 Øvelser (15) 10:30 - 11:45														
10:35																		
10:40																		
10:45																		
10:50																		
10:55																		
11:00																		
11:05																		
11:10																		
11:15																		
11:20																		
11:25																		
11:30																		
11:35																		
11:40	2060 Junior Herre DAN/Rødt Lag Mønster (2) Final 11:40 - 11:50		2050 Junior Dame DAN/Rødt Lag Mønster (2) Final 11:35 - 11:45		Lunsj 11:10 - 11:55 (00:45)	Lunsj 11:10 - 11:55 (00:45)	Lunsj 11:10 - 11:55 (00:45)	Lunsj 11:10 - 11:55 (00:45)	Lunsj 11:10 - 11:55 (00:45)									
11:45																		
11:50																		
11:55				3010 Spesialteknikk Dan Yngre Junior Damer 3 Øvelser (2) 11:50 - 12:00														
12:00	Lunsj 12:00 - 12:45 (00:45)	Lunsj 12:00 - 12:45 (00:45)	Lunsj 12:00 - 12:45 (00:45)	Lunsj 12:00 - 12:45 (00:45)	4020 Knusing Senior og Veteran Dan Herrer (23) 12:00 - 14:20	2080 Senior Herre DAN Lag Sparring (4) Pool 1/1 12:00 - 12:50	2100 Eldre Junior Herre DAN/Rødt Lag Sparring (3) Pool 2/2 12:00 - 12:50	2110 Junior Dame DAN/Rødt Lag Sparring (4) Pool 1/2 12:00 - 13:15	2090 Eldre Junior Dame DAN/Rødt Lag Sparring (3) 12:00 - 13:15									
12:05																		
12:10																		
12:15																		
12:20																		
12:25																		
12:30																		
12:35																		
12:40																		
12:45																		
12:50	2100 Eldre Junior Herre DAN/Rødt Lag Sparring (3) Pool 1/2 12:50 - 13:40	2070 Senior Dame DAN Lag Sparring (3) Pool 2/2 12:50 - 13:40	2070 Senior Dame DAN Lag Sparring (3) Pool 1/2 12:50 - 13:40	3070 Spesialteknikk Dan Senior og Veteran Damer 3 Øvelser (9) 12:50 - 13:35														
12:55																		
13:00																		
13:05																		
13:10																		
13:15																		
13:20																		
13:25																		
13:30																		
13:35																		
13:40																		
13:45				3040 Spesialteknikk Dan Junior Herrer 3 Øvelser (11) 13:40 - 14:35		2100 Eldre Junior Herre DAN/Rødt Lag Sparring (2) Repechage 13:30 - 13:55	2120 Junior Herre DAN/Rødt Lag Sparring (4) Pool 1/2 13:00 - 14:15	2110 Junior Dame DAN/Rødt Lag Sparring (3) Pool 2/2 13:20 - 14:10	2120 Junior Herre DAN/Rødt Lag Sparring (3) Pool 2/2 13:25 - 14:15									

Taekwon-do ITF - Norgesmesterskap og Landsmesterskap 2019 - 2019-11-10

	Ring 1	Ring 2	Ring 3	Ring 4	Ring 5	Ring 6	Ring 7	Ring 8	Ring 9
13:50	2080 Senior	2070 Senior	2100 Eldre Junior						
13:55	Herre DAN Lag	Dame DAN Lag	Herre DAN/Rødt						
14:00	Sparring (2)	Sparring (2)	Lag Sparring (2)						
14:05	Final	Repechage	Final						
14:10	13:50 - 14:15	13:50 - 14:15	13:50 - 14:15						
14:15									
14:20									
14:25	2070 Senior					2120 Junior	2120 Junior	2110 Junior	2110 Junior
14:30	Dame DAN Lag					Herre DAN/Rødt	Herre DAN/Rødt	Dame DAN/Rødt	Dame DAN/Rødt
14:35	Sparring (2)					Lag Sparring (2)	Lag Sparring (2)	Lag Sparring (2)	Lag Sparring (2)
14:40	Final					Repechage	Final	Final	Repechage
14:45	14:25 - 14:50			3030		14:25 - 14:50	14:25 - 14:50	14:25 - 14:50	14:25 - 14:50
14:50				Spesialteknikk					
14:55				Dan Junior					
15:00				Damer 3					
15:05				Øvelser (5)					
15:10				14:40 - 15:05					
15:15				3020					
				Spesialteknikk					
				Dan Yngre					
				Junior Herrer					
				3 Øvelser (2)					
				15:10 - 15:20					