FM 2020 sunnudagur 23. august

KL.	Spurtur	Mið- langtein	Hæddarlop	Trístøkk	Kúluvarp	Spjótkast
13.00	110m rim M (3)					Menn (3)
13.05						
13.10	200 m innl. Kv (5)					
13.15	200 m innl. Kv (4)					
13.20			Kvinnur (3)			
13.25				Menn (2)		
13.30		3.000m forð. M (3)				
13.35						
13.40						
13.45	Heiðursmerki	Heiðursmerki		Heiðursmerki	Heiðursmerki	Heiðursmerki
13.50				Kvinnur (6)		Kvinnur (6)
13.55		1.500 m M (4)				
14.00						
14.05						
14.10		1.500 m Kv (4)				
14.15						
14.20						
14.25						
14.30	Heiðursmerki	Heiðursmerki	Heiðursmerki	Heiðursmerki	Heiðursmerki	Heiðursmerki
14.35						
14.40	200 m finala M (6)					
14.45					Kvinnur (5)	
14.50	200 m finala KV (6)				Menn (2)	
14.55						
15.00						
15.05						
15.10						
15.15						
15.20						
15.25	4 x 400 m Kvinnur					
15.30						
15.35						
15.40						
15.45	4 x 400 m Menn					
15.50						
15.55						
16.00	Heiðursmerki	Heiðursmerki	Heiðursmerki	Heiðursmerki	Heiðursmerki	Heiðursmerki