



# Friidrettsstemne

**Onsdag 19.september**

**Start : Kl. 17.40**  
**Påmelding : Frå 17.00**

## Øvingar:

**Rekruttar** (til og med 10 år): Liten ball, lengde, 60m + 600m for 10 år

**11-13 år** : 60m, lengde, kule, spyd, 600m

**14-16 år**: 100m, lengde, kule, diskos, spyd, slegge, 600m, 3000m (frå 16 år)

**Frå 17 år**: 100m, lengde, kule, diskos, spyd, slegge, 800m, 3000m (frå 16 år)

**Startkontingent: Kr 10 pr. øving (maks kr 40)**

**Tidstabell og øvingar 19.09.2018**

Klassar	60m/ 100m	Lengde eller tresteg (frå 11)	Liten ball	Kule	Spyd	Slegge/ diskos	200m	800	3000m
Rekruttar, til og med 10år	18.05	18.10	17.40				18.20 -10 år		
11-13 år	18.00	17.40		18.05	18.30		18.20		
14-16 år	18.00	17.40		18.05	18.30	18.50	18.20		18.40
Frå 17 år	18.00	17.40		18.05	18.30	18.50	18.20	18.30	18.40