

TIDSSKJEMA DIALOGLEKENE
DRAMMENSHALLEN
SØNDAG 6. JANUAR 2019

ØVELSER GUTTER	B 7/9 ÅR	10 ÅR	11 ÅR	12 ÅR	13 ÅR	14 ÅR	15 ÅR	16 ÅR	17 ÅR	18/19 ÅR	MS
60 M	13.25	11.00	11.05	11.15	11.20	11.35	11.40	11.50	11.55	12.00	12.00
100 M						14.30	14.40	14.55	14.15	14.10	14.00
600 M			15.45	16.05	16.25	16.45	16.45				
KAPPGANG				16.55	16.55	16.55	17.05	17.05	17.05	17.05	
LENGDE	11.30	15.50	15.00		12.40					16.30	
HØYDE				14.00		15.00	15.00	12.15			
KULE 1				12.00	12.00	13.45	13.45	13.45	14.50	14.50	14.50
KULE 2		12.20	12.20								

ØVELSER JENTER	B 7/9 ÅR	10 ÅR	11 ÅR	12 ÅR	13 ÅR	14 ÅR	15 ÅR	16 ÅR	17 ÅR	18/19 ÅR	KS
60 M	13.25	12.05	12.35	12.25	12.15	12.45	12.55	13.05	13.10	13.15	13.15
100 M						15.15	14.45	14.20	15.05	14.05	14.05
600 M			15.55	16.15	16.15	16.35	16.35				
KAPPGANG				16.55	16.55	16.55	17.05	17.05	17.05	17.05	
LENGDE	11.30	13.30	14.10		11.00					16.30	
HØYDE				13.00		16.00	11.00	11.00	11.00		
KULE 1					13.00				11.00	11.00	11.00
KULE 2		11.00	11.35	13.50		13.00	15.00	15.00			

Justeringer av tidsskjema kan bli foretatt helt frem til stevnedagen. Følg med på våre hjemmesider og oppslag på stevnet.

Husk **avkrysning 1 time** før løpsøvelsene starter. Tekniske øvelser opprop 10 minutter før start på øvelsesstedet.

Det er kun tillatt med **6 mm butte pigger** i Drammenhallen. Bruk av sko med svarte såler som sverter er forbudt.

Lengde og kule: 4 forsøk i kl 10 - 14 år. 3 Forsøk + finale med 8 beste i kl 15 år og eldre.

Jenter og gutter 7 - 9 år blir det 3 forsøk i lengde.