

Invitasjon til nasjonalt friidrettsstevne i Florø

Idrettssenter lørdag 4. mars



Noregs raskaste innandørsbane?

i Florø Idrettssenter laurdag 4. mars - start kl 1100 - vi ber om at det vert kryssa av for deltaking i 60m hekk, 60m, 100m og 400m ein time før start - dette av omsyn til heatinndelinga. (Gi opp bestetid)

- 60m hekk - 60m sprint –100m - 200m vendeløp - høgde – lengde - kule

Øvingane:

Øvingsutvalet for dei ymse klassane: (alder)

J og G	-08	60m	lengde	kule			
"	-09	"	"	"			
"	-10	"	"	"			
"	-11	"	"	"	høgde	60HK	200m
"	-12	"	"	"	"	"	"
"	-13	"	"	"	"	"	"
"	-14	"	"	"	"	"	"
"	-15	100m	"	"	"	"	"
"	-16	"	"	"	"	"	"
"	-17	"	"	"	"	"	"
"	-18	"	"	"	"	"	"

Lengde og kule 3 forsøk på kvar.



For ytterlegare opplysningar, ta kontakt på – email: rune.osa@eninvest.net

I 60m og 100m sprint vert det **direkte finale** - såleis berre eit løp og tid avgjerande.

Gull-, sølv- og bronsemedalje til dei tre beste i kvar øving og deltakar premie til alle

Ekstrapremiar til dei som oppnår gode resultat - vurdert av ein jury.

Startpengar kr 80,- (8-14 år) kr 100 (15-18 år) og ein kan ta del i så mange øvingar ein ynskjer. Webpåmelding innan onsdag 1. mars, kl. 23.59.

Sjå og Sogn og Fjordane friidrettskrets si website.

Bankgironummer for startpengar er: **3775 20 67563**.

Ta med kvittering på at startpengar er betalte ved henting av startnr.

**Med dette ynskjer vi velkomne til Florø og til ei av dei raskaste
sprintbanene i Noreg innandørs**