

I.F.STURLA / I.F. HELLAS

TIDSSKJEMA DIALOGLEKENE

DRAMMENSHALLEN

SØNDAG 10.JANUAR 2016

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	1310	1000	1015	1020	1035	1050	1055	1105	1105	1255	1255
100 M						1415	1405	1400	1355	1350	1350
600 M			1525	1555	1605	1625	1625				
800 M								1635			
LENGDE	1135	1515	1450		1245					1600	
HØYDE			1350	1435		1545	1545	1545			
KULE 1				1100		1430	1430	1145	1145		1145
KULE 2		1045	1135		1340						

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	1310	1115	1120	1135	1150	1210	1220	1230	1240	1245	
100 M						1455	1440	1430	1425	1345	1345
600 M			1535	1535	1540	1615	1615				
800 M											
LENGDE	1135	1350	1415		1000					1600	
HØYDE			1235	1235		1000	1115	1115	1115	1115	
KULE 1					1315	1230		1000	1000		
KULE 2		1000	1000	1430			1245				

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

Husk avkrysning 45 minutter før løpsøvelsene starter. Tekniske øvelser opprop 10 minutter før start på øvelsesstedet.

På grunn av stor deltagelse (over 800 starter), er det kun i noen få øvelser hvor etteranmeldelse blir akseptert.

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

Lengde og kule: 3 forsøk i kl 7/9 - 12 år. For 13 år og eldre 3 finaleomganger for de 8 beste.