

# I.F. STURLA / I.F. HELLAS

## TIDSSKJEMA DIALOGLEKENE

DRAMMENSHALLEN,  
SØNDAG 15. JANUAR 2012, KL. 1000

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	1250	1000	1005	1100	1050	1140	1110	1200	1210	1225	1240
100 m						1340	1330	1405	1415	1425	1435
600 m			1510	1520	1555	1530	1530				
800 m								1605	1605		
Lengde	1000	1210	1340		1510					1600	
Høyde			1040	1115		1240	1515	1515	1515	1515	
Kule 1						1000	1155	1310	1310	1310	1310
Kule 2		1040	1115	1415	1335						

ØVELSER jenter	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	1250	1040	1015	1130	1120	1030	1150	1215	1215	1230	1230
100 m						1320	1350	1420	1420	1430	1430
600 m			1505	1515	1540	1500	1525				
800 m								1610	1610		
Lengde	1000	1120	1240		1420					1600	
Høyde			1200	1000		1415	1415	1325	1325		
Kule 1			1105			1530	1240	1450	1450	1340	1340
Kule 2		1210		1250	1000						

**Justeringen av tidsskjema vil bli lagt ut på vår hjemmeside samt oppslag på stevnedagen.** Særlig i tekniske øvelser kan det bli justeringer av tidsskjema. Husk å kryss av 45 minutter før løpsøvelser starter. Teknisk øvelser oppmøte 15 minutter før start på øvelsesstedet.