

FRAMOLEKENE SØNDAG 29. MAI

TIDSTABELL TEKNISKE ØVELSER

LENGDE

KL. 10.00	Åpning			
KL. 10.05	LENGDE	J 15+16	PLANKE	4+4
KL. 11.15	LENGDE	J 17+18/19+KS	PLANKE	0+2+4
KL. 12.15	LENGDE	G 15+16+17	PLANKE	4+7+3
KL. 13.40	LENGDE	G 18/19+MS	PLANKE	2+4

UTØVERE

HØYDE - FELT 1

KL. 10.05	HØYDE	J 13+14		3+5
KL. 11.30	HØYDE	G 12+13		5+4
KL. 13.00	HØYDE	J 12		5
KL. 14.00	HØYDE	G-14		3

UTØVERE

HØYDE - FELT 2

KL. 10.30	HØYDE	G 10+11		4+8
KL. 12.15	HØYDE	J 10		7
KL. 13.15	HØYDE	J 11		8

UTØVERE

KULE

KL. 10.05	KULE	G-14	VEKT	3 kg	UTØVERE	6
KL. 10.45	KULE	J-11+12		2 kg		5+2
KL. 11.30	KULE	J-10		2 kg		6
KL. 12.20	KULE	G-10+11		2 kg		3+10
KL. 13.10	KULE	G-12+13		2+3 KG		2+6
KL. 14.10	KULE	J-13+14		2+3 KG		0+8

VEKT

UTØVERE

SPYD

KL. 10.05	J-13+14+15+16+17+18/19+KS	6 OMG.	2+5+1+1+1+2+1	13
KL. 12.00	G-13+14+15+16+17+18/19+MS	6 OMG.	4+1+2+0+0+0+1	8

UTØVERE

SLEGG - GRUSBANEN

KL. 11.00	G-17+18/19+MS+J-18/19+KS	6 OMG.	4+6+7,3 KG	1+1+2+1+3	8
KL. 12.30	J-10-11-12-13-14-15-16	3/6 OMG.	2+3 KG	2+2+1+1+4+0+1	11
KL. 14.00	G-10+11+12+13+14+15+16	3/6 OMG.	2+3+4+5+6 kg	1+1+0+4+2+1+1	10

UTØV.

AVKRYSSNING SKJER VED HENTING AV STARTNR.

FOR KLASSENE 10-12 ÅR ER DET KUN TRE OMGANGER I TEKN. ØVELSER