



TIDSSKJEMA GASSCO-lekene
Søndag 20. september



LØP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1100	J12/J13	200m	7	
1105	J14/J15	200m	7	
1110	J16/J17	200m	5	
1115	MS	200m	3	
1125	G12/G13	200m	7	
1130	G14/G15	200m	6	
1135	G16/G17	200m	5	
1230	J10/J11	600m	8	
1240	G10	600m	7	
1250	G11	600m	5	
1330	J12/J13/J15	1500m	6	
1345	G12/G13/G14/G16	1500m	9	

KAST

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1100	G12/G15/G16	Kule	3	G12: 3kg, G15: 4kg, G16: 5kg, 3+3f
1130	J15/J16/J18/J19	Kule	4	J15+16+17: 3kg, J18+19: 4kg, 3+3f
1230	G13/G14/G16	Slegge	4	G13: 3kg, G14: 4kg, G16: 5kg, 3+3f
1300	J13/J15/J16/J18/19	Slegge	4	J13: 2kg, J15+16: 3kg, J18+19: 4kg, 3+3f

HOPP

Tid	Klasse	Øvelse	Antall	Kommentar
1300	J12/G12/G13/G14	Høyde	9	
1100	G10	Lengde	6	Satssone, 4f
1130	J10	Lengde	7	Satssone, 4f
1210	J13/J14/J15	Lengde	13	J13 satssone, 3+3f
1310	G15/G16/G17	Lengde	5	3+3f

GENERALSPONSOR:



Haugesund
Sparebank