

**Klasser og øvelser til Skjalgstevne 17.9.2009, kl. 18.00 (rekrutter starter 17.30)**

Stevnet vil bli etablert for online påmelding i løpet av uke 36 med påmeldingsfrist 16.9. kl. 18.00

Det er ikke nødvendig med påmelding i rekruttklassen (<10år).

Klasse		Øvelser							
J/G<10	60 m								
J/G 10	60 m		600m			kule 2,0 kg		lengde	
J/G 11	60 m		600m			kule 2,0 kg		lengde	
J 12	150m		600m		200m hk 68cm	kule 2,0 kg		lengde	Stav
G 12	150m		600m		200m hk 68cm	kule 3,0 kg		lengde	Stav
J 13	150m		600m		200m hk 68cm	kule 2,0 kg		lengde	Stav
G 13	150m		600m		200m hk 68cm	kule 3,0 kg		lengde	Stav
J 14	150m		600m		200m hk 76,2cm	kule 3,0 kg		lengde	Stav
G 14	150m		600 m		200m hk 76,2cm	kule 4,0 kg		lengde	Stav
J 15	150m	400m	1000m		200m hk 76,2cm	kule 3,0 kg	Slegge 3kg/110 cm	lengde	Stav
G 15	150m	400m	1000m		200m hk 76,2cm	kule 4,0 kg	Slegge 4kg/119,5 cm	lengde	Stav
J 16	150m	400m	1000m		200m hk 76,2cm	kule 3,0 kg	Slegge 4kg/119,5 cm	lengde	Stav
G 16	150m	400m	1000m		200m hk 76,2cm	kule 5,0 kg	Slegge 5kg/120 cm	lengde	Stav
J 17	150m	400m	1000m		200m hk 76,2cm	kule 4,0 kg	Slegge 4kg/119,5 cm	lengde	Stav
G 17	150m	400m	1000m	5000m	200m hk 76,2cm	kule 5,0 kg	Slegge 5kg/120 cm	lengde	Stav
J 18/19	150m	400m	1000m	5000m	200m hk 76,2cm	kule 4,0 kg	Slegge 4kg/119,5 cm	lengde	Stav
G 18/19	150m	400m	1000m	5000m	200m hk 76,2cm	kule 6,0 kg	Slegge 6kg/121,5 cm	lengde	Stav
KS	150m	400m	1000m	5000m	200m hk 76,2cm	kule 4,0 kg	Slegge 4kg/119,5 cm	lengde	Stav
MS	150m	400m	1000m	5000m	200m hk 76,2cm	kule 7,26 kg	Slegge 7,26kg/121,5 cm	lengde	Stav