

Tidsskjema Dimnleikane 2021

	Løp	Lengde 1	Lengde 2	Høgde/stav	Kule	Liten ball/Spyd
	60 m			Høgde		
11.00	J9	J6 og G/J under 6	G9			
11.10	J8					
11.20		G8				
11.25	J7					
11.30			G7			
11.40	J6	J9				
11.45	under 6 år		G6			
11.55	G9					
12.05		J7				
12.10	G8		J8			
12.20	G7					
12.30	G6					
12.35	PREMIEUTDELING REKRUTTKLASSENE - DETTE SKJER PÅ GRASBANA					
12.45	FORELDRE OG TRENERE GÅR FRÅ TRIBUNA TIL LØPEBANA ELLER FORLATER STADION					
12.50	Alle aktive, foreldre og trenere må forlate stadion					
12.50	AKTIVE OG TRENERE FOR DEL 2 AV STEMNET FÅR GÅ INN PÅ TRIBUNA					
13.10						
13.25	100 m			Høgde		Liten ball
13.30	G15	J11	J12	G11+G13		G10
13.35	G17					
13.40	G18/19					
13.45	J15					
13.50	J16+J17					J10
13.55	J18/19					
	60 m					
14.00	G10	J13		G15+G16		
14.05	G11					
14.15	G12				G15+G17+J15+J18	
14.20	G13			J11+J12		
14.30	G14	J14				
14.35	J10					
14.45	J13					
14.50					G11+G13	
14.55	J11	G16+G17+J15+J19				
15.00				J13+J14		
15.10	J12					
15.20	J14					
15.30	200 m	G10+J10			J12+J13	
15.35	G18/19					
15.40	G11					
15.45	G12					
15.50	G13+G14					
15.55	G15+G16			Stav		
16.00	G17	G11		Alle klasser		
16.05	J11					
16.15	J12					
16.20	J13				J11	
16.25	J14					Spyd
16.30	J15	G12+G13				J15+J16+G17

Tidsskjema Dimnaleikane 2021

	Løp	Lengde 1	Lengde 2	Høgde/stav	Kule	Liten ball/Spyd
16.35	600 m					
16.40	G11 til G14					
16.50	J11 TIL J14					Spyd
	800m					MS
17.00	Alle klasser					(Toppidrett)

Antall forsøk lengde, kule og liten ball:

Rekrutt + 10 åringane: 3 forsøk lengde

11-13 år: 4 forsøk

14 år og eldre: 6 forsøk

Opprop/avkryssing

På grunn av Covid-19 så blir det ikkje avkryssing. Alle møter til start 10 min. før øvinga skal starte

Resultat

Resultata vert slått opp på oppslagstavle ved speakerbua

Covid-19

På grunn av gjeldande smittevernregler så blir det ikkje tilgang til garderober.

Toalett på toppen av tribuna (ved speakerbua). Ikkje tillatt å bruke toalett på Høddvollhuset

Alle må sette seg inn i gjeldande smittevernregler som du finner på friidrett.no

Foreldre og trenarar må oppholde seg på tribuna med god avstand.

Trenarar:

I rekruttklassa kan kvar klubb ha ein trenar ved start på 60 meter og ein trenar i kvar av lengdegrupene.

I dei eldre klassene skal trenarane stå utanfor gjerdet eller i trenarsona ved øvinga som blir oppretta for enkelte øvingar.

Tømming av stadion etter del 1 av stemnet

Kl 12.45 må alle foreldre og trenarar gå ned på friidrettsdekket. Husk god avstand.

Når premieutdelinga for rekruttane er ferdig (ca. kl 12.50) må alle gå ut av stadion for å gi plass til deltakarane på del to av stemnet. Alle bruker då utgangen i svingen ved høgdematta.

Kl. 12.50 kan deltatarar og foreldre i del to av stemnet komme inn. Inngangen blir på toppen av tribuna. Viktig å holde god avstand.