

Høybråten og Stovner IL har den glede å invitere dere til KM Oslo for G/J11-19 år 24.-25. september. Det vil også være innlagt klasser for G/J 7-10 år, som er utenfor KM.

Klasser og øvelsesutvalg:

Lørdag 24. september:

Jenter/Gutter 7-9 år: 60m, lengde, liten ball

Jenter 10 år: 60 m, 200m/hekk, lengde (sone), kule(2), diskos(0,6)

Jenter 11 år: 60 m, 200m/hekk, lengde (sone), kule(2), diskos(0,6)

Jenter 12 år: 60 m, 200m/hekk, lengde (sone), kule(2), diskos(0,6)

Jenter 13 år: 60 m, 200m/hekk, lengde (sone), kule(2), diskos(0,6)

Jenter 14 år: 60 m, 200m/hekk, lengde, kule(3), diskos(0,75)

Jenter 15 år: 100m, 300m/hekk, 2000m, lengde, kule(3), diskos(0,75)

Jenter 16 år: 100m, 300m/hekk, 3000m, lengde, kule(3), diskos(1,0)

Jenter 17 år: 100 m, 400m, 3000m, lengde, kule(3), diskos(1,0)

Jenter 18-19 år: 100 m, 400m, 3000m, lengde, kule(4), diskos(1,0)

Gutter 10 år: 60 m, 200m/hekk, høyde, tresteg(sone), diskos(0,6)

Gutter 11 år: 60 m, 200m/hekk, høyde, tresteg(sone), diskos(0,6)

Gutter 12 år: 60 m, 200m/hekk, høyde, tresteg(sone), diskos(0,75)

Gutter 13 år: 60 m, 200m/hekk, høyde, tresteg (sone), diskos(0,75)

Gutter 14 år: 60 m, 200m/hekk, høyde, tresteg, diskos(1,0)

Gutter 15 år: 100m, 300m/hekk, 2000m, høyde, tresteg, diskos(1,0)

Gutter 16 år: 100m, 300m/hekk, 3000m, høyde, tresteg, diskos(1,5)

Gutter 17 år: 100m, 400m, 3000m, høyde, tresteg, diskos(1,5)

Gutter 18-19 år: 100m, 400m, 3000m, høyde, tresteg, diskos(1,75)

Søndag 25. september:

Jenter 10 år: 60m hekk (68/6,5), 200m, 600m, høyde, tresteg (sone)

Jenter 11 år: 60m hekk (68/6,5), 200m, 600m, høyde, tresteg (sone)

Jenter 12 år: 60m hekk (76,2/7,0), 200m, 600 m, høyde, tresteg(sone)

Jenter 13 år: 60 m hekk (76,2/7,5), 200m, 600m, høyde, tresteg(sone)

Jenter 14 år: 60 m hekk (76,2/7,5), 200m, 800m, høyde, tresteg

Jenter 15 år: 80m hekk(76,2/8), 200m, 800m, høyde, tresteg,

Jenter 16 år: 80m hekk(76,2/8), 200m, 800m, høyde, tresteg,

Jenter 17 år: 100 m h(76,2/8,5), 300m/hekk, 200m, 800m, høyde, tresteg

Jenter 18-19 år: 100 m h(84/8,5), 400m/hekk, 200m, 800m, høyde, tresteg

Gutter 10 år: 60m hekk(68/6,5), 200m, 600m, lengde(sone), kule(2)

Gutter 11 år: 60m hekk(68/6,5), 200m, 600m, lengde(sone), kule(2)

Gutter 12 år: 60m hekk(76,2/7,0), 200m, 600 m, lengde(sone), kule(3)

Gutter 13 år: 60 m hekk(76,2/7,5), 200m, 600m(13), lengde(sone), kule(3)

Gutter 14 år: 80m hekk (84/8,0), 200m, 800m, lengde, kule(4)

Gutter 15 år: 100m hekk(84/8,5), 200m, 800m, lengde, kule(4)

Gutter 16 år: 100m hekk(91,4/8,5), 200m, 800m, lengde, kule(5)

Gutter 17 år: 110m hekk(91,4/8,8), 300m/hekk, 200m, 800m, lengde, kule(5)

Gutter 18-19 år: 110m hekk(100/91,4), 400m/hekk, 200m, 800m, lengde, kule(6)