

Program for friidrettsdagen

Høst 2017

Kl. 09.30

8A, 8B og 8C

8D, 9A, 9B og A/M

9C, 9D og 10A

10B, 10C og 10D

Kulestøt (fordel klassene på to støtsektorer)

Lengdehopp (fordel klassene på to lengdegroper)

60 meter (fordel klassene på to langsider)

Kast med liten ball (to kastsektorer gressbanen)

Kl. 10.15

8D, 9A, 9B og A/M

9C, 9D og 10A

10B, 10C og 10D

8A, 8B og 8C

Kulestøt (fordel klassene på to støtsektorer)

Lengdehopp (fordel klassene på to lengdegroper)

60 meter (fordel klassene på to langsider)

Kast med liten ball (to kastsektorer gressbanen)

Kl. 11.00

9C, 9D og 10A

10B, 10C og 10D

8A, 8B og 8C

8D, 9A, 9B og A/M

Kulestøt (fordel klassene på to støtsektorer)

Lengdehopp (fordel klassene på to lengdegroper)

60 meter (fordel klassene på to langsider)

Kast med liten ball (to kastsektorer gressbanen)

Kl. 11.45

10B, 10C og 10D

8A, 8B og 8C

8D, 9A, 9B og A/M

9C, 9D og 10A

Kulestøt (fordel klassene på to støtsektorer)

Lengdehopp (fordel klassene på to lengdegroper)

60 meter (fordel klassene på to langsider)

Kast med liten ball (to kastsektorer gressbanen)

Kl. 12.30 - 13.00

Lunsj

Stafett 8 x 100 meter

Kl. 13.15 - 8 trinn

Alle klasser stiller med 8 elever; 4 jenter og 4 gutter. Ett lag pr. klasse. Kontaktlærer er ansvarlig for at klassen stiller lag, samt at de andre elevene heier.

Kl. 13.30 - 9 trinn og A/M

Alle klasser stiller med 8 elever; 4 jenter og 4 gutter. Ett lag pr. klasse. Kontaktlærer er ansvarlig for at klassen stiller lag, samt at de andre elevene heier.

Kl. 13.45 - 10 trinn

Alle klasser stiller med 8 elever; 4 jenter og 4 gutter. Ett lag pr. klasse. Kontaktlærer er ansvarlig for at klassen stiller lag, samt at de andre elevene heier.

Rydding

Kl. 13.45 - 14.15

Se ryddefordeling under.

RYDDEFORDELING	
8A og 8B	FOTBALLBANEN
9C, 9D og 10A	LØPEBANEN
10B, 10C og 10D	SITTETTRIBUNEN
9A, 9B og A/M	UTSIDEN AV IDRETTSBANEN
8C og 8D	KULESEKTOREN

Med sportslig hilsen

Mari I, Kjartan, Robert & Ajdin