

Følgende dager er det satt opp treninger i høst:

	16/08	23/08	25.- 27/8	30/08	2.- 3/09	06/09	8.- 10/09	13/09	20/09
Distanse	Moelv	Hamar	JR NM	Moelv	Lerøy	Hamar	UM	Moelv	Hamar
Hekk	Moelv	Hamar	JR NM	Moelv	Lerøy	Hamar	UM	Moelv	Hamar
Høyde	Moelv		JR NM		Lerøy	Hamar	UM		Hamar
Lengde/tresteg	Moelv		JR NM	Hamar	Lerøy		UM	Moelv	
Spyd	Moelv	Moelv		Moelv		Moelv	UM	?	
Langsprint	Moelv		JR NM	Moelv	Lerøy		UM	Moelv	
Slegge/diskos		Moelv	JR NM	Løten	Lerøy	Løten	UM		
Stav	Gjøvik <b>14.08</b>		JR NM		Lerøy		UM		

Stavtreningene blir i hovedsak på Gjøvik og Trond informerer i Spond for hver trening. Hvis det er noen nye som vil være med i stav, ta kontakt med [dag.kashagen@friidrett.no](mailto:dag.kashagen@friidrett.no) eller [trond.barthel@se.com](mailto:trond.barthel@se.com)

Spyd blir oppdatert litt senere. Det kan bli forandringer også i andre øvelser, vi informerer da på kretsens facebookside.