



**Førde IL Friidrett ynskjer velkommen til  
Opningsstemne løp på Førde stadion  
laurdag 7. mai kl. 1300.**

**ØVINGSUTVAL:**

G/J10-11 år: 60m.

G/J12-14 år: 60m, 600m, 1500m.

G/J15 år og eldre: 60, 100m, 400m, 1500m.

**TIDSSKJEMA:**

13.00: 60 meter

13.15: 100 meter

13.25: 600 meter

13.40: 400 meter

13.50: 1500 meter

**STARTKONTINGENT OG PÅMELDING**

Startkontingenten er gratis.

Påmeldingsfristen er 5. mai kl. 23.59. Påmelding blir gjort via Min idrett:

<https://minidrett.nif.no/Event#369684-011>

Hjarteleg velkomne til sesongopning løp på Førde stadion 7. mai kl. 13.00!