



Førde IL Friidrett ynskjer velkommen til Sommarløpet på Førde stadion onsdag 29.juni kl.18.00.

ØVINGSUTVAL:

G/J 10-12 år: 60m, 600m.

G/J 13-14 år: 60m, 200m, 600m.

G/J 15 år og eldre: 100m, 200m, 1500m.

1500m fart:

Vi stiller med harefart til:

3.45 og 4.00.

PÅMELDING

Påmeldingsfristen er 28. juni kl. 23.59. Påmelding blir gjort via Min idrett:

<https://minidrett.nif.no/Event#370121-011>

Påmeldingsavgift: Gratis

UTKAST TIDSSKJEMA:

18.00: 60 m

18.15: 100 m

18.25: 600 m

18.35: 1500 m

18.50: 200 m

Velkomne til stemne på Førde stadion!