**Furumo kveldsstevne**

Arrangør: Modum Friidrettsklubb

Tid: Torsdag 31. august 2023 kl 17

Sted: Furumo idrettspark, Geithus

Vi arrangerer Furumo kveldsstevne som en erstatning for våre vanlige Furumoleker som i år faller bort

Kontingent: 6-12år 50kr, 12år og oppover 100kr. Ingen ekstra betaling for flere øvelser

Påmelding: Påmelding ved oppmøte på banen. Ingen forhåndspåmelding. Møt opp i god tid. Betaling med kontanter eller Vipps.

Tidsskjema og øvelser

Kl 17.00: Stav og slegge **13år og oppover**

Kl 17.30: 60m **6-14år**

 Kl 17.30-20.00 Starttidspunkt valgfritt for lengde alle klasser og liten ball **6-12år.**

Kl 18.00-20.00 Starttidspunkt valgfritt for diskos og spyd **13år og oppover.**

Kl 18.30: 600m **6-14år**

Kl 18.50: 100m **15år og oppover**

Kl 19.20: 800m **15år og oppover**

Kl 19.35: 3000m **15år og oppover, høyde 13år og oppover**

Info: Kontakt Øyvind Wiger, 416 42 731, oewig@online.no. Følg også med på www.modumfik.no