



25-26 mai 2013

## Romerike Friidrettsstadion Lillestrøm

Strømmen IF ,Minerva IS og Lørenskog FIL  
Inviterer til Romerikslekene 2013:

### Øvelsesutvalg Lørdag 26. mai

**G 7,8,9** 60m, lengde, liten ball  
**G10,11,12** 60m, lengde, liten ball, høyde  
**G13,14** 100m ,600m, høyde, kule, diskos  
**G15,16,17** 100m,800m, høyde, kule, diskos  
**G 18/19** 100m,800m, høyde, kule, diskos  
**Menn sr** 100m,800m, høyde, kule, diskos  
**J 7,8,9** 60m, lengde, liten ball  
**J10,11,12** 60m, lengde, liten ball  
**J13,14** 100m ,600m, lengde, kule, spyd  
**J15,16,17** 100m,800m, lengde, kule, spyd  
**J18/19** 100m,800m, lengde, kule, spyd  
**Kvinner sr** 100m,800m, lengde, kule, spyd

### Øvelsesutvalg Søndag 27 mai

**G10,11,12** 60m hk, 600m , kule  
**G13** 60m hk ,200m , lengde, stav, spyd  
**G14** 80m hk, 200m , lengde, stav, spyd,  
**G15** 100m hk, 200m , lengde, stav, spyd,  
**G16** 100m hk, 200m , lengde, stav, spyd,  
**G17** 110m hk, 200m , lengde, stav, spyd,  
**G18/19** 110m hk, 200m , lengde, stav, spyd,  
**Menn sr** 110m hk, 200m, 400m, 3000m, lengde, spyd,  
**G10-12** 4x100m stafett  
**G13-14** 4x100m stafett  
**G15-19** 4x100m stafett  
**J10,11,12** 60m hk, 600m , høyde, kule  
**J13** 60m hk ,200m , høyde, stav, diskos  
**J14** 60m hk, 200m , høyde, stav, diskos,  
**J15** 80m hk, 200m , høyde, stav, diskos,  
**J16** 80m hk, 200m , høyde, stav, diskos,  
**J17** 100m hk, 200m , høyde, stav, diskos,  
**J18/19** 100m hk, 200m , høyde, stav, diskos,  
**Kvinner sr** 100m hk, 200m, 400m, , høyde, diskos  
**J10-12** 4x100m stafett  
**J13-14** 4x100m stafett  
**J15-19** 4x100m stafett

[www.romerikslekene.com](http://www.romerikslekene.com)

### PREMIE TIL DOBBELT VINNERE Romerikslekene / Tyrvinglekene

Påmelding online: [www.friidrett.no](http://www.friidrett.no)  
Påmeldingsfrist: 20 mai  
Startkontingent : kr 100,- pr øvelse  
, etteranm.kr 150, stafett kr 400,-.

Klassene G/J7-9 betaler kun kr  
150,-. for alle øvelser på lørdag

Konto 1310.2564914  
E-post :romerikefs@gmail.com

Informasjon: Se vår hjemmeside  
[www.romerikslekene.com](http://www.romerikslekene.com)

