

LAGSERIEN I FRIIDRETT – 1. DIV. MENN 2019

TFIK satser på serien i år (som mange andre lag også gjør). Vi kan kjempe nesten helt i toppen – hvis !?!

Hvis du får med maks antall tellende øvelser (5stk) så er du med i vår loddtrekning om kr. 5.000.

Vi må ha 15 obligatoriske mesterskapesøvelser i tillegg til 15 valgfrie øvelser (hvorav min. 5 tekniske)

Lykke til!

(O: obligatorisk V: valgfri *: aktuelle øvelser ob l.)

Øvelse	Navn	Resultat	Når	Poeng O	Poeng V	O	V
100m	SEBASTIAN B	11.62	Grevesk. 25.05	693		1	
	KRISTOFFER S	11.67	Bislet 01.06		682		16
	HENRIK D	12.29	Bislet 01.06		552		17
200m	SEBASTIAN B	23.61	Bislet 02.06	686		2	
	KRISTOFFER S	23.73	Bækkelaget 04.05		674		18
	HÅVARD F P	24.52	Porsg. 26.05		598		19
	HENRIK D	25.15	Bækkelaget 04.05		543		20
400m	KRISTOFFER S	53.32	Drammen 12.05	631		3	
	HENRIK D	57.60	Drammen 12.05		480		21
800m	HÅVARD F P	1.58.53	Grevesk. 25.05	717		4	
	OLE PETTER F	2.01.54	Grevesk. 25.05		658		22
1500m	OLE PETTER F	4.04.56	Grevesk. 25.05	718		5	
	ANDREAS R	4.40.71	Asker 08.06		458		23
3000m	OLE PETTER F	8.33.46	Bergen 15.05		798		24
5000m	*						
10000m	*						
110mh	*						
200mh							
400mh							
3000mh							
Lengde	HENRIK F	7.65	Lambs. 04.06	962		6	
	SEBASTIAN B	6.35	Bislet 31.05		685		25
Tresteg	*						
Stav							
Høyde	*						
Kule	*						
Diskos	*						
Spyd	*						
Slegge	*						
LUT							
HUT							
SUM				4407	6131	10.588	

09.06.19ks (9 obligatoriske og 5 valgfrie øvelser mangler)

LAGSERIEN I FRIIDRETT – 3. DIV. kvinner 2019

Her er også oversikten for kvinner. Skal vi rykke opp en divisjon i år?

Vi må ha 12 obligatoriske mesterskapesøvelser i tillegg til 8 valgfrie øvelser (hvorav min. 2 tekniske)

Lykke til!

Øvelse	Navn	Resultat	Når	Poeng O	Poeng V	O	V
100m	CLAUDIA H F	12.76	Asker 07.06	712		1	
	TUVA A	13.69	Grevesk. 25.05		558		13
	MATHEA V K	14.02	Asker 07.06		507		14
	MARI H S	14.14	Bislet 01.07		490		15
200m	CLAUDIA H F	25.93	Asker 08.06	731		2	
	MATHEA V K	28.38	Asker 08.06		553		16
	MARIA F P	29.31	Asker 08.06		493		17
400m	MATHEA V K	68.06	Drammen 24.04	467		3	
800m	ISABEL E	2.20.08	Bislet 01.07	666		4	
	LEONA A V	2.23.35	Sfj. 05.06		628		18
1500m	LEONA A V	4.55.93	Grevesk. 25.05	633		5	
3000m							
5000m							
10000m							
100mh							
200mh							
400mh							
3000mh							
Lengde	CLAUDIA H F	5.16	Larvik 15.05	653		6	
	MARIA F P	4.22	Asker 09.06		442		19
Tresteg	MATHEA V K	9.21	Bislet 01.07	473		7	
	MARIA F P	9.09	Sfjr. 05.06		460		20
Stav							
Høyde	*						
Kule	*						
Diskos	MARI H S	30.21	Grevesk. 16.05	584		8	
Spyd	*						
Slegge	*						
LUT							
HUT							
SUM				4919	4131	9.050	

09.06.19ks (4 obligatoriske øvelser mangler)