

# Friidrott på Hagsätra IP

Torsdag 18/5

År 4-6



Tid: 8.00- 14.00

	5A	5B	5C	5D
8.00	Samling i klassrummet	Samling i klassrummet	Samling i klassrummet	Samling i klassrummet
Ca 8.20	Åka till Hagsätra IP			Åka till Hagsätra IP
Ca 8.40		Åka till Hagsätra IP	Åka till Hagsätra IP	
09.30-10.00	Häck	Kula 2	Höjd	Stafett
10.00-10.30	Kula 2	Häck	Stafett	Höjd
10.30-11.00	60 m	Höjd	Kula 1	Kasta boll
11.00-11.30	Höjd	60 m	Kasta boll	Häck
11.30-12.00	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch
12.00-12.30	Kasta boll	Stafett	60 m	Kula 2
12.30-13.00	Stafett	Kasta boll	Häck	60 m
13.00-ca 14.00	Åka tillbaka	Åka tillbaka	Åka tillbaka	Åka tillbaka

## Resväg:

### 5A och 5D

- Från Långbrohallen buss 163 kl. 8.37 mot Kärrtorp (gå av vid Älvsjö station). Buss 143 kl. 9.00 mot Högdalen (gå av vid Hagsätra). Promenad till IP ca 500m.

### 5B och 5C

- Från Långbrohallen buss 163 kl. 9.01 mot Kärrtorp (gå av vid Älvsjö station). Buss 143 kl. 9.15 mot Högdalen (gå av vid Hagsätra). Promenad till IP ca 500m

## Ta med:

- Matsäck
- Kläder efter väder (det kan bli regn)
- Överdragskläder
- Idrottsskor
- Solskydd (keps, solkräm..)
- Vattenflaska
- Fukt