

CUP I FRIIDRETT 2023

INNBYDELSE TIL HAUGESUND SPAREBANK-CUP 3:

Onsdag 23. august 17:30, Frakkagjerd Sentralidrettsanlegg, Stegabergh IL

Årsklasser og øvelser

Jenter:

Rek 2017/ 2016/2015/2014:	60 m		Lengde mm inne	
2013/2012:	60 m	600 m	Lengde *	Kule 2 kg
2011:	100 m	600 m	Lengde *	Kule 2 kg
2010/2009:	100/200 m	600 m	Lengde *	Kule 2/3 kg.
2008/2007/2006:	100/200 m	1500 m	Lengde	Kule 3 kg.
2005/2004	100/200 m	1500 m	Lengde	Kule 4 kg

Gutter:

Rek 2017/ 2016/2015/2014:	60 m		Lengde mm inne	
2013:	60 m	600 m	Lengde*	Kule 2 kg
2012:	60 m	600 m	Lengde*/Høyde	Kule 2 kg
2011:	100 m	600 m	Lengde*/Høyde	Kule 3 kg
2010:	100/200 m	600 m	Lengde*/Høyde	Kule 3 kg
2009/2008:	100/200 m	1500 m	Lengde/Høyde	Kule 4 kg
2007/2006:	100/200 m	1500 m	Lengde /Høyde	Kule 5 kg
2005/2004:	100/200 m	1500 m	Lengde/Høyde	Kule 6 kg

*Lengde/Tresteg = 50 cm satssone for alle 13 år (f.2010) og yngre.

NB! Vi setter en begrensning på maks. tre øvelser pr deltaker, og ønsker ikke at noen melder seg på flere øvelser enn det en planlegger å delta i.

For rekruttene vil det i tillegg til løp og lengde ute, arrangeres lengde, hinderløype innendørs. Foreldrene til de påmeldte bes om å hjelpe til her. Påmelding i Minidrett kun til 60 m.

Online påmelding: <https://isonen.no/event/clal2wejv33738111fpld92262w>

Påmeldingsfrist: Søndag 20. august kl. 23.59

Etteranmelding: Ikke anledning til etteranmelding!! Husk påmeldingsfristen!!

Startkontingent: Klubbene betaler kr 50,- pr øvelse, betales klubbvis til kontonummer 3240.06.12098.

Premiering:

Sammenlagt premiering basert på Tyrvingtabellen for jenter og gutter 11 år og eldre innen følgende grupper: Sprint – Mellomdistanse – Hopp – Kast.

J/G 10 år får en premie uten rangering av resultat, mens J/G rekrutt får medalje etter hvert stevne.

Det er ikke krav til deltakelse i et antall stevner for å telle med i sammendraget for 12 år og yngre, men 13 år og eldre (f.2010) må ha 3 tellende stevner for å bli premiært. Maks 3 stevner er tellende i premieringen.

Øvrige stevnedatoer/steder:

Det 4. og siste stevnet arrangeres onsdag 13. september på Haugesund Friidrettsstadion.

Kontaktadresse for alle stevnene: Telefon 52 22 34 02, eventuelt e-post: post@haugesundil.no

Sveio IL

Stegabergh IL

**Haugesund IL
Friidrett**

Torvastad IL