



**Haugesund IL Friidrett i samarbeid med  
GASSCO  
innbyr til de tradisjonsrike MAILEKENE  
på Haugesund Friidrettsstadion  
Lørdag 25. mai kl. 12:00  
Søndag 26. mai kl. 11:00**

Det er en stor glede for oss i HIL Friidrett nok en gang å invitere til MAILEKENE på Haugesund Friidrettsstadion – den 62. utgaven.

Dette året har vi funnet en helg helt uten ekstra røde dager eller inneklemt fridager, og det håper vi skal vise igjen på antall deltakere til årets Maileker.

Vi har vært så heldige at vi har fått med oss GASSCO som samarbeidspartner også i år, og med deres hjelp ønsker vi å styrke arrangementet ytterligere.



**PÅMELDING**

Online påmelding iSonen: <https://isonen.no/event/clpgts3rh00705i1wnunk71yo/>

Påmeldingsfrist er **søndag 19. mai 2023 kl. 23:59 (1. pinsedag)**

Stafettpåmelding på samme lenke, mens lagoppstilling til stafett levers på eget skjema som finnes i lagsposene. Siste frist for levering er 2 timer før start stafett.

**ETTERANMELDING**

Hvis teknisk mulig frem til tirsdag 21.mai mot dbl. avgift. Spørsmål til [post@haugesundil.no](mailto:post@haugesundil.no)



# Haugesund Idrettslag Friidrett

## OVERNATTING

Vi tilbyr ikke overnatting i hallen dette året, men Haugesund har mange overnattingssteder, som i perioder har svært godt belegg. Det kan derfor være en fordel å være ute i god tid med bestillingen. Her kan vi bare anbefale hver enkelt å sjekke ut priser og tilbud på egenhånd.

## WRC-GODKJENNING

Fra 1/1-23 er det innført nye regler for hvilke resultater som kan benyttes og godkjennes til ranking og kvalifisering til internasjonale mesterskap (WRC-stempel). Mailekene 2024 har søkt og fått godkjenning som et slikt stevne. Gode resultater oppnådd under Mailekene vil derfor telle med og kan åpne for internasjonal deltakelse senere i sesongen.



## KAFETERIA/KIOSK

Det blir kiosk- og kafeteriautsalg i telt på Friidrettsstadion.

## STEVNEKONTORET

Stevnekontoret på Friidrettsstadion er åpent lørdag og søndag formiddag for utdeling av lagposer, startnummer, registrering av «persepremier» etc.

## OPPROP

Informasjon om hvordan opprop/avkryssing for løp skal gjennomføres, vil vi komme nærmere tilbake til i uken før stevnet.

Opprop tekniske øvelser foregår v/øvelsesstedet 15 min før start.

## PREMIERING

Rekruttklasse: 6-9 år deltakerpremie til alle. Klasse 10 år: Premier til alle. 1/3 premiering fra 11 år og oppover, men i årsklassene 11 og 12 år får alle som ikke får ordinær premie deltakerpremie.

Fra gode samarbeidspartnere får vi fine gavepremier som vi vil trekke ut mellom de som setter personlige rekorder i løpet av stevnet. Minimum 10 stk. «persepremier» hver dag.

## STARTKONTINGENT

7-10 år: kr. 80,- pr. øvelse.

11 år og over kr. 160,- pr. øvelse.

Stafett kr 250,- Vi åpner for at klubber kan stille mix-lag (jenter/gutter på samme lag).

**OBS!** Gjelder ikke HIL-utøvere.

Klubbene faktureres etter avholdt stevne, og dobbel avgift for etteranmeldinger!

## YTTERLIGERE INFORMASJON

Arrangementskontakt: Haugesund IL Friidrett 52 22 34 02/ [post@haugesundil.no](mailto:post@haugesundil.no)



# Haugesund Idrettslag Friidrett

## Øvelsesutvalg Mailekene 2024

Lørdag 25.mai		Søndag 26.mai	
J6/9	60m - lengde - liten ball		
J10	60m - liten ball	J10	600m - lengde
J10	4 x 60m stafett Donald-stafett (evt. mix)		
J11	60m - lengde - liten ball	J11	600m - 60m hk - kule
J12	60m - 600m - lengde - liten ball	J12	200m - 1500m - 60m hk - kule – høyde
J11/J12	4 x 60m stafett Donald-stafett (evt. mix)	J13	200m - 1500m - 60m hk - lengde
J13	60m-600m-høyde-kule- spyd	J14	200m - 1500m - 60m hk - lengde
J14	60m - 800m - høyde - kule - spyd	J15/J16	1000m stafett
J13/J14	4 x 60m stafett Donald-stafett (evt. mix)	J15	200m - 1500m - 80m hk - lengde -kule – slegge
J15	100m - 800m - 300m hk - høyde - spyd	J16	200m - 1500m - 100m hk - lengde - kule – slegge
J16	100m - 800m - 300m hk - høyde - spyd	J17	200m - 1500m - 100m hk - lengde-kule – slegge
J17	100m - 800m - 300m hk - høyde - spyd	J18/19	200m - 1500m - 100m hk - lengde-kule – slegge
J18/19	100m - 800m - 400m hk - høyde - spyd	J17/19	1000m stafett
G6/9	60m - lengde - liten ball		
G10	60m - liten ball	G10	600m – lengde
G10	4 x 60m stafett Donald-stafett (evt. mix)		
G11	60m - lengde - liten ball	G11	600m - 60m hk – kule
G12	60m - 600m - lengde - liten ball	G12	200m - 1500m - 60m hk - kule – høyde
G11/12	4 x 60m stafett Donald-stafett (evt. mix)	G13	200m - 1500m - 60m hk - høyde
G13	60m - 600m - lengde - kule - spyd	G14	200m - 1500m - 80m hk – høyde - slegge
G14	60m - 800m - lengde - kule - spyd	G15	200m - 1500m - 100m hk – lengde - kule - slegge
G13/14	4 x 60m stafett Donald-stafett (evt. mix)	G16	200m - 1500m - 100m hk – lengde - kule – slegge
G15	100m - 800m - 300m hk - høyde – spyd	G15/16	1000m stafett
G16	100m - 800m - 300m hk – høyde – spyd	G17	200m - 1500m - 110m hk – lengde - kule – slegge
G17	100m - 800m - 400m hk - høyde – spyd	G18/19	200m - 1500m - 110m hk – lengde - kule – slegge
G18/19	100m - 800m - 400m hk - høyde – spyd	G17/19	1000m stafett

**NB! Starttidspunktet for rekruttklassene blir lørdag kl. 11:00.**

### Antall forsøk:

Rekrutt: 3 forsøk  
10 – 12 år: 4 forsøk  
13-19 år: 3+3 forsøk, finale – 8 beste

**15 år+ SUPERFINALE 100m**

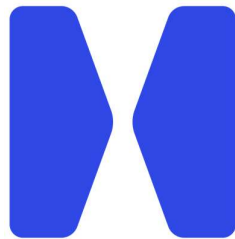


# Haugesund Idrettslag Friidrett

---



Generalsponsor for Haugesund Idrettslag:



**Haugesund  
Sparebank**

Sponsorer og samarbeidspartnere:



**DEEPOCEAN**

