

INNBYDELSE TIL HAUGESUND SPAREBANK-CUP 4:

Onsdag 11. september 17:30, Frakkagjerd Sentralidrettsanlegg, Stegaberget IL

Årsklasser og øvelser

Jenter:

Rekrutt 2018/17/16/15:	60 m		Lengde*	
2014/2013:	60 m	600 m	Lengde *	Kule 2 kg
2012:	100 m	600 m	Lengde *	Kule 2 kg
2011/2010:	100/200 m	600 m	Lengde *	Kule 2/3 kg.
2009/2008/2007:	100/200 m	1500 m	Lengde	Kule 3 kg.
2006/2005:	100/200 m	1500 m	Lengde	Kule 4 kg

Gutter:

Rekrutt 2018/17/16/15:	60 m		Lengde*	
2014:	60 m	600 m	Lengde*	Kule 2 kg
2013:	60 m	600 m	Lengde*/Høyde	Kule 2 kg
2012:	100 m	600 m	Lengde*/Høyde	Kule 3 kg
2011:	100/200 m	600 m	Lengde*/Høyde	Kule 3 kg
2010/2009:	100/200 m	1500 m	Lengde/Høyde	Kule 4 kg
2008/2007:	100/200 m	1500 m	Lengde /Høyde	Kule 5 kg
2006/2005:	100/200 m	1500 m	Lengde/Høyde	Kule 6 kg

*Lengde/Tresteg = 50 cm satssone for alle 13 år (f.2011) 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 60m og lengde ute, arrangeres øvelser innendørs som oppvarming. Foreldrene til de påmeldte bes om å hjelpe til her. Påmelding i iSonen kun til 60 m og lengde.

Online påmelding: [iSonen | Haugesund Sparebank Cup 4](#)

Påmeldingsfrist: **Søndag 8. september kl. 23.59**

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

Startkontingent: kr 80,- pr øvelse, og klubbene faktureres etter det 4. og siste stevnet.

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.2011) må ha 3 tellende stevner for å bli premiært. Maks 3 stevner er tellende i premieringen.

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

Sveio IL
Friidrett

Stegaberget IL

Haugesund IL
Friidrett

Torvastad IL