

## INNBYDELSE TIL HAUGESUND SPAREBANK-CUP 4:

Onsdag 10. september 17:30, Haugesund Friidrettsstadion, HIL Friidrett /Sveio IL

### Årsklasser og øvelser

#### Jenter:

|                               |       |      |            |          |             |
|-------------------------------|-------|------|------------|----------|-------------|
| <b>Rekrutt 2019/18/17/16:</b> | 60m   |      |            | Lengde*  | Liten ball  |
| <b>2015:</b>                  | 60m   |      | 600m       | Lengde * | Liten ball  |
| <b>2014:</b>                  | 60m   | 200m | 600m       | Lengde * | Spyd 0,4 kg |
| <b>2013:</b>                  | 100 m | 200m | 600m       | Lengde * | Spyd 0,4 kg |
| <b>2012/2011:</b>             | 100m  | 200m | 600m/1500m | Lengde * | Spyd 0,4 kg |
| <b>2010/2009/2008:</b>        | 100m  | 200m | 1500m      | Lengde   | Spyd 0,5 kg |
| <b>2007/2006:</b>             | 100m  | 200m | 1500m      | Lengde   | Spyd 0,6 kg |

#### Gutter:

|                               |      |      |       |               |            |
|-------------------------------|------|------|-------|---------------|------------|
| <b>Rekrutt 2019/18/17/16:</b> | 60m  |      |       | Lengde*       | Liten ball |
| <b>2015:</b>                  | 60m  |      | 600m  | Lengde*       | Kule 2 kg  |
| <b>2014:</b>                  | 60m  | 200m | 600m  | Lengde*/Høyde | Kule 2 kg  |
| <b>2013:</b>                  | 100m | 200m | 600m  | Lengde*/Høyde | Kule 3 kg  |
| <b>2012:</b>                  | 100m | 200m | 600m  | Lengde*/Høyde | Kule 3 kg  |
| <b>2011/2010:</b>             | 100m | 200m | 1500m | Lengde/Høyde  | Kule 4 kg  |
| <b>2009/2008:</b>             | 100m | 200m | 1500m | Lengde /Høyde | Kule 5 kg  |
| <b>2007/2006:</b>             | 100m | 200m | 1500m | Lengde/Høyde  | Kule 6 kg  |

\*Lengde/Tresteg = 50 cm satssone for alle 13 år (f.2012) 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.

**Rekruttene 6-9 år** vil denne gang ha alle sine tre øvelser ute på Friidrettsstadion, og melder seg på til disse som alle andre i påmeldingslenken nedenfor.

Foreldrene til de påmeldte rekruttene bes om å hjelpe til her, både med å passe tiden for øvelsene og med hjelp på øvelsene.

Online påmelding: [//isonen.no/event/cm3eeq6fa0058uilyg5litjl6/](https://isonen.no/event/cm3eeq6fa0058uilyg5litjl6/)

Påmeldingsfrist: **Søndag 7. 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.2012) må ha 2 tellende stevner for å bli premiert. Maks 3 stevner er tellende i premieringen.

**Kontaktadresse for alle stevnene:** Telefon 476 55 284, eventuelt e-post: [post@haugesundil.no](mailto:post@haugesundil.no)

**Sveio IL  
Friidrett**

**Stegaberg IL**

**Haugesund IL  
Friidrett**

**Torvastad IL**