INNBYDELSE TIL HAUGESUND SPAREBANK-CUP 4:

Onsdag 15. september 17:30, Haugesund Friidrettsstadion, HIL Friidrett /Sveio IL

Årsklasser og øvelser

Jenter:					
Rekrutt 2021/20/19/18:	60m			Hinderløype	Liten ball
2017:	60m		600m	Lengde *	Liten ball
2016:	60m	200m	600m	Lengde *	Spyd 0,4 kg
2015:	100 m	200m	600m	Lengde *	Spyd 0,4 kg
2014/2013:	100m	200m	600m/1500m	Lengde *	Spyd 0,4 kg
2012/2011/2010:	100m	200m	1500m	Lengde	Spyd 0,5 kg
2009/2008:	100m	200m	1500m	Lengde	Spyd 0,6 kg
Gutter:					
Rekrutt 2021/20/19/18:	60m			Hinderløype	Liten ball
2017:	60m		600m	Lengde*	Kule 2 kg
2016:	60m	200m	600m	Lengde*/Høyde	Kule 2 kg
2015:	100m	200m	600m	Lengde*/Høyde	Kule 3 kg
2014:	100m	200m	600m	Lengde*/Høyde	Kule 3 kg
2013/2012:	100m	200m	1500m	Lengde/Høyde	Kule 4 kg
2011/2010:	100m	200m	1500m	Lengde /Høyde	Kule 5 kg
2009/2008:	100m	200m	1500m	Lengde/Høyde	Kule 6 kg

*Lengde = 50 cm satssone for alle 13 år (f. 2014) 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 60m og liten ball 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: https://isonen.no/event/cmwc0op7p00k162017nj1i34y/haugesund-sparebank-cup-4/
Påmeldingsfrist: **Søndag 12. september kl. 23.59**

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

Startkontingent: kr 100,- 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 6-9 år 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. 2013) 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

Sveio IL Friidrett **Stegaberg IL** **Haugesund IL Friidrett** **Torvastad IL Kopervik IL**