



**HAUGESUND
IDRETTSLAG**

Stiftet 6. mai 1906

Tyrvinglekene 2013

Er du klar for sommerens første overnattingsstevne? Tyrvinglekene på Nadderud i Bærum blir i år arrangert 14. – 16. juni.

Vi gjør som vi har gjort i svært mange år nå, lar det bli en overnattingstur for alle som er 13 år (f.2000) og eldre.

Det blir felles buss og selv om årets stevne starter fredag ettermiddag har vi bestemt **avreise torsdag ettermiddag kl 16:00 fra HIL-huset**. Vi kommer til å overnatte den første natten i Seljord på Garvikstrondi Camping i hytter, samme sted som i fjor. Vi får dermed en kort kjøretur til Nadderud fredag på dagen.

Stevnet varer ganske lenge på søndag så vi er ikke hjemme før sent søndag/natt til mandag, men forhåpentligvis noe tidligere enn de siste årene.

HIL dekker reise, startkontingent, all overnatting inkludert mat fra og med fredag morgen. For dette må alle betale en **egenandel på Kr 1.000, denne skal betales på bussen**.

Vi gjør ellers oppmerksom på at **all påmelding er bindende** og HIL må forhåndsbetale all startkontingent og alle utgifter vedrørende overnatting/mat.

Hvis noen ikke ønsker å være med på vårt fellesopplegg må dette gis beskjed om innen påmeldingsfristen dere har. **Ingen reiseutgifter/overnattingsutgifter utover vårt bussopplegg vil bli dekket, bare unntaksvis kan dette fravikes ved eksamener osv. og da kun etter avtale med HIL v/daglig leder**. Tyrvinglekene koster HIL et ganske stort beløp, anslagsvis 70.000 kr etter fratrukk av egenandeler så det er viktig at alle forholder seg til overnevnte. **Ved eventuelt ubegrunnet forfall må det påregnes å betale HIL tilbake alle forhåndsbetalte utgifter**. Det er også et **krav** at deltakere som ønsker å være med i Tyrvinglekene må delta på lokale stevner, spesielt Mailekene, Haugesund Sparebank Cup, Terrengkarusell og KM stevner for Rogaland. **Alle må delta alle dager på Tyrvinglekene** så langt det finnes relevante øvelser for den enkelte. **Medlemskontingent i HIL for 2013 samt friidrettskortet skal være betalt innen påmeldingsfristen, dette er et ufravikelig krav.**

Som vanlig til overnattingsstevner må du ta med deg:

- niste til den første dagen (fra fredag er all mat inkludert)
- sovepose og liggeunderlag
- toalettsaker og håndkle
- HIL-drakt, hvis du har. **NB! Obligatorisk med komplett HIL-utstyr** for alle f. 98 og eldre
- + treningstøy
- jogge-/piggsko
- evt. regntøy

For øvelsesutvalg, se vedlagte innbydelse på baksiden, men vi gjør oppmerksom på at vedrørende all annen info på Tyrving sin innbydelse må dere se bort fra det, frister, priser etc.

Påmelding med øvelser snarest, men senest fredag 1. juni gjøres på påmeldingslister i DeepOcean Arena eller som e-post til post@haugesundil.no

Det er bare plass til 54 personer i bussen og det vil være begrenset med transport utover dette, så vi kan bli nødt til å begrense antallet deltakere som får være med på turen, så det gjelder å melde seg på så snart som mulig.

For eventuelle spørsmål kontakt enten Kåre 900 80176 / 52 22 33 12.

Generalsponsor:



Haugesund Sparebank



TYRVINGLEKENE

NADDERUD 14.-16. juni 2013



FREDAG 14.06. STEVNESTART KL. 1500 - Beregn tidligere start for diskos og høyde for de eldste klassene.

J10-13	Donald Duck Games på Bislett	G10-13	Donald Duck Games på Bislett
J14	200m-600m-lengde-stav-diskos-kule	G14	200m-600m-diskos-kule-lengde
J15	2000m-300mhk-lengde-stav-diskos-kule	G15	2000m-300mhk-lengde-kule-spyd
J16	300mhk-3000m-lengde-stav-diskos-kule	G16	300mhk-3000m-lengde-kule-spyd
J17	200m-3000m-300mhk-stav-diskos-kule	G17	200m-3000m-300mhk-høyde-kule-spyd
J18/19, KS	200m-3000m-400mhk-stav-diskos	G18/19, MS	200m-3000m-400mhk-høyde-diskos-spyd

LØRDAG 15.06. STEVNESTART KL. 0930

J10	60m-lengde-kule	G10	60m-ball-kule
J10-12	Donald Duck-stafett 4x60m	G10-12	Donald Duck-stafett 4x60m
J11	60m-200m-høyde	G11	60m-200m-kule
J12	60m-200m-lengde-kule	G12	60m-200m-lengde-ball
J13	60m-200mhk-lengde-stav-kule-slegge	G13	60m-200mhk-lengde-stav-kule-slegge
J13-14	Donald Duck-stafett 4x60m	G13-14	Donald Duck-stafett 4x60m
J14	60m-200mhk-høyde-slegge	G14	60m-200mhk-stav-slegge
J15	200m-800m-80mhk-tresteg-spyd	G15	200m-800m-100mhk-høyde-stav-diskos
J16	200m-800m-80mhk-tresteg-spyd	G16	200m-800m-100mhk-tresteg-stav-diskos
J17	800m-100mhk-tresteg-spyd	G17	800m-110mhk-tresteg-stav-diskos
J18/19, KS	800m-100mhk-tresteg-kule-spyd	G18/19, MS	800m-110mhk-tresteg-stav

SØNDAG 16.06. STEVNESTART KL. 0930

J10	Terrensløp (ca.500m)-ball	G10	Terrensløp (ca.500m)-lengde
J11	Terrensløp (ca.500m)-1000m kappgang-lengde-ball-kule	G11	Terrensløp (ca. 500m)-1000m kappgang-ball-høyde-lengde
J12	1500m-1000m kappgang-høyde-ball	G12	1500m-1000m kappgang-høyde-kule
J13	200m-1500m-1000m kappgang-høyde-tresteg-ball-diskos	G13	200m-1500m-1000m kappgang-høyde-tresteg-ball-diskos
J14	1500m-60mhk-1000m kappgang-tresteg-ball	G14	1500m-80mhk-1000m kappgang-høyde-tresteg-ball
J15	100m-høyde-slegge	G15	100m-tresteg-slegge
J15-16	1000m stafett	G15-16	1000m stafett
J16	100m-høyde-slegge	G16	100m-høyde-slegge
J17	100m-400m-lengde-høyde-slegge	G17	100m-400m-lengde-slegge
J17-KS	1000m stafett	G17-KS	1000m stafett
J18/19, KS	100m-400m-lengde-høyde-slegge	G18/19, MS	100m-400m-lengde-kule-slegge
Funksjonshemmet	60m-200m	Funksjonshemmet	60m-200m