



**Haugesund Idrettslag i samarbeid med  
GASSCO  
innbyr til de 55. Mailekene**

**Nasjonalt stevne for gutter og jenter på  
Haugesund Friidrettsstadion  
Lørdag 21. mai kl. 10:00  
Søndag 22. mai kl. 10:00**



**GASSCO**



# Haugesund Idrettslag Friidrett

## PÅMELDING

Online påmelding i Minidrett: <https://minidrett.nif.no/Event#302664-011>

Påmeldingsfrist er **onsdag 11. mai 2016 kl. 23:59** (NB! Tidlig frist pga. pinse)

Stafettpåmelding på eget skjema i lagsposene. Leveres senest 1 time før start.

Husk at friidrettslisensen må være betalt for de som er født i 2003 og eldre for å delta på stevnet.

## ETTERANMELDING

Kun hvis teknisk mulig frem til tirsdag 17. mai mot dobbel avgift.

Alle spørsmål om etteranmelding rettes til [post@haugesundil.no](mailto:post@haugesundil.no)

## OVERNATTING

Radisson Blu hotell, Haugesund. Telefon 52 86 10 00. Oppgi HIL som kode.

**NYHET:** Overnatting og to måltider i DeepOcean Arena.

Klubber som ønsker å bestille overnatting til sine utøvere/ledere kan gjøre dette ved å sende en e-post til: [post@haugesundil.no](mailto:post@haugesundil.no) Pris kr. 300,- pr. person som inkluderer et varmt måltid lørdag kveld, frokost søndag og overnatting i selve friidrettshallen.

## KAFETERIA/KIOSK

Det vil bli kiosk og kafeteria i telt på stadion.

## STEVNEKONTORET

Stevnekontoret på stadion er åpent lørdag og søndag formiddag for utdeling av lagposer, startnummer etc..

## OPPROP

Opprop for løp foregår ved avkryssing på tavle under tidtagerhuset. Listene tas ned 1 time før start. Opprop tekniske øvelser foregår v/øvelsesstedet 15 min før start.

## PREMIERING

Rekruttklasse: 7-9 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 én deltakerpremie. Bestemannspremier (20 stk.) i tillegg til 2 stk. lagpokaler.

## STARTKONTINGENT

6-10 år: Kr 50 pr. øvelse.

11 år og over kr 100,- pr. øvelse.

Stafett kr 200,-

Betales via bankgiro 3240.06.00502. OBS! Gjelder ikke HIL-utøvere.

Husk dobbel avgift for etteranmeldinger!

## YTTERLIGERE INFORMASJON

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



Haugesund  
Sparebank





# Haugesund Idrettslag Friidrett

## Øvelsesutvalg Mailekene 2016

### Lørdag 21. mai

J7/9	60m - lengde - liten ball
J10	60m - liten ball
J11	60m - 60m hk – kule -- liten ball
J12	60m - 60m hk - 600m - høyde - liten ball
J13	60m - 60m hk - 600m – kule - spyd
J14	60m - 60m hk - 800m - kule - spyd
J15	200m-80m hk - 800m-høyde-tresteg - spyd
J16	200m -80m hk- 800m-høyde-tresteg- spyd
J17	200m-100m hk- 800m-høyde-tresteg-spyd
J18/19	200m-100m hk-800m-høyde-tresteg-spyd
G7/9	60m - lengde - liten ball
G10	60m - liten ball
G11	60m - 60m hk - lengde- liten ball
G12	60m - 60m hk - 600m - lengde - liten ball
G13	60m - 60m hk - 600m - lengde - spyd
G14	60m - 80m hk - 800m - lengde - spyd
G15	200m-100m hk-800m-lengde-kule-spyd
G16	200m-100m hk-800m-lengde-kule-spyd
G17	200m-110m hk-800m-lengde-kule-spyd
G18/19	200m-110m hk-800m- lengde-kule-spyd

**NB! Starttidspunktet for rekruttklassene blir lørdag kl. 10:00.**

#### Antall forsøk:

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

### Søndag 22. mai

J10	600m - lengde - 4x60m stafett
J11	600m - lengde
J12	200m – 1500m - kule - lengde
J11/12	4x60m (vanlig stafett)
J13	200m – 1500m - høyde - lengde - slegge
J14	200m – 1500m - høyde - lengde - slegge
J13/14	4x60m
J15	100m-300m hk-1500m-lengde-kule-slegge
J16	100m-300m hk-1500m-lengde - kule - slegge
J15/16	1000m stafett
J17	100m -300m hk-lengde-1500m-kule – slegge
J18/19	100m-400m hk-lengde-1500m –kule - slegge
J17/19	1000m stafett
G10	600m - lengde - 4x60m stafett
G11	600m – kule
G12	200m – 1500m - kule - høyde
G11/12	4x60m
G13	200m – 1500m - kule – høyde
G14	200m – 1500m - kule - høyde
G13/14	4x60m
G15	100m-300m hk-1500m-høyde-tresteg-slegge
G16	100m-300m hk-1500m-høyde-tresteg-slegge
G15/16	1000m stafett
G17	100m-300m hk-1500m-høyde-tresteg-slegge
G18/19	100m-400m hk-1500m-høyde-tresteg-slegge
G17/19	1000m stafett

**NB! Starttidspunkt for sleggekast blir søndag kl. 09:30.**



Haugesund  
Sparebank





# Haugesund Idrettslag Friidrett

---



Generalsponsor for Haugesund Idrettslag:



## Haugesund Sparebank

Sponsorer og samarbeidspartnere:

**obs!**  
sport



**Haugesunds Avis**



**CRAFT**



**DEEPOCEAN**

**Radisson** **BLU**  
HOTEL, HAUGESUND



Haugesund  
Sparebank



**GASSCO**