



## CUP I FRIIDRETT 2019

### INNBYDELSE TIL HAUGESUND SPAREBANK-CUP 1:

Tirsdag 7. mai 17:30, Haugesund Friidrettsstadion. Arrangør HIL Friidrett

#### Årsklasser og øvelser

##### Jenter:

<b>Rekrutt 2012/2011/2010:</b>	60 m (ute)	Hinderløype	Liten ball (ute)	Frekvenshopp
<b>2009/2008</b>	60 m	600 m	Lengde*	Kule 2 kg
<b>2007/2006</b>	100 m	600 m	Lengde*	Kule 2 kg
<b>2005-2002</b>	100 m	600 m	Lengde	Kule 3 kg
<b>2001/2000</b>	100 m	600 m	Lengde	Kule 4 kg

##### Gutter:

<b>Rekrutt 2012/2011/2010:</b>	60 m (ute)	Hinderløype	Liten ball (ute)	Frekvenshopp
<b>2009/2008</b>	60 m	600 m	Høyde	Spyd 0,4 kg
<b>2007/2006</b>	100 m	600 m	Høyde	Spyd 0,4 kg
<b>2005/2004</b>	100 m	600 m	Høyde	Spyd 0,6 kg
<b>2003/2002</b>	100 m	600 m	Høyde	Spyd 0,7 kg
<b>2001/2000</b>	100 m	600 m	Høyde	Spyd 0,8 kg

\*Lengde/Tresteg = 50 cm satssone for alle 13 år (f.2006) og yngre.

NB! Det er **ikke** begrensning i antall øvelser pr deltaker, men det henstilles til ikke å melde seg på flere øvelser enn det en planlegger å delta i.

**For rekruttene** vil det i tillegg til løp ute bli arrangert hinderløype og frekvenshopp innendørs, og foreldrene til de påmeldte bes om å hjelpe til her. Påmelding i Minidrett kun til 60 m og liten ball.

**Påmelding: online påmelding via Min idrett:** <https://mi.nif.no/Event#326588-011>

**Påmeldingsfrist: Torsdag 2.mai kl. 23.59.**

**Etteranmelding:** I minst mulig grad og **kun** dersom plass i heat.

**Startkontingent:** Klubbene betaler kr 50,- pr øvelse, betales klubbvis til kontonummer 3240.06.12098.

#### Premiering Haugesund Sparebank Cup:

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 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.2006) må ha 3 tellende stevner for å bli premiært. Maks 3 stevner er tellende i premieringen.

#### Øvrige stevner

**Torvastad 4.juni, Stegaberget 27.august og Sveio 10.september.**

Egen innbydelse vil bli sendt ut for hvert av disse stevnene.

**Kontaktadresse for alle stevnene:** Telefon 52 22 34 02, eventuelt e-post: [post@haugesundil.no](mailto:post@haugesundil.no)