



**Haugesund IL Friidrett i samarbeid med  
GASSCO  
innbyr til de tradisjonsrike MAILEKENE  
på Haugesund Friidrettsstadion  
Lørdag 24. mai kl. 12:00  
Søndag 25. mai kl. 11:00**

Det er en stor glede for oss i HIL Friidrett nok en gang å invitere til MAILEKENE på Haugesund Friidrettsstadion – den 63. utgaven.

Dette året har vi funnet en helg helt uten ekstra røde dager eller inneklemt fridager, og det håper vi skal vise igjen på antall deltakere til årets Maileker.

Vi har vært så heldige at vi har fått med oss GASSCO som samarbeidspartner også i år, og med deres hjelp ønsker vi å styrke arrangementet ytterligere.



**PÅMELDING**

Online påmelding iSonen: [//isonen.no/event/cm3h8ba0s005r7dxrbvfjaleh/](https://isonen.no/event/cm3h8ba0s005r7dxrbvfjaleh/)

Påmeldingsfrist er **mandag 19. mai 2025 kl. 23:59**

Stafettpåmelding på samme lenke, mens lagoppstilling til stafett levers på eget skjema som finnes i lagsposene. Siste frist for levering er 2 timer før start stafett.

**ETTERANMELDING**

Hvis teknisk mulig frem til tirsdag 20.mai mot dbl. avgift. Spørsmål til [post@haugesundil.no](mailto:post@haugesundil.no)



# Haugesund Idrettslag Friidrett

## OVERNATTING

Haugesund har mange overnattingssteder, som i perioder har svært godt belegg. Det kan derfor være en fordel å være ute i god tid med bestillingen. Her kan vi bare anbefale hver enkelt å sjekke ut priser og tilbud på egenhånd.

## WA-GODKJENNING

Stevnet har fått WA-godkjenning, og oppnådde resultater kan derfor benyttes som ranking og kvalifisering til internasjonale mesterskap (WA-stempel).

Gode resultater oppnådd under Mailekene vil derfor telle med og kan åpne for internasjonal deltakelse senere i sesongen.



## KAFETERIA/KIOSK

Det blir kiosk- og kafeteriautsalg i egen vogn på Friidrettsstadion med godt utvalg.

## STEVNEKONTORET

Stevnekontoret er plassert i telt ved inngangen til Friidrettsstadion og er åpent lørdag og søndag formiddag for utdeling av lagposer, startnummer, registrering av «persepremier» etc.

## OPPROP

Informasjon om hvordan opprop/avkryssing for løp skal gjennomføres, vil vi komme nærmere tilbake til i uken før stevnet.

Opprop tekniske øvelser foregår v/øvelsesstedet 15 min før start.

## PREMIERING

Rekruttklasse: 6-9 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 deltakerpremie.

Fra gode samarbeidspartnere får vi fine gavepremier som vi vil trekke ut mellom de som setter personlige rekorder i løpet av stevnet. Minimum 10 stk. «persepremier» hver dag.

## STARTKONTINGENT

7-10 år: kr. 80,- pr. øvelse.

11 år og over kr. 160,- pr. øvelse.

Stafett kr 250,- Vi åpner for at klubber kan stille mix-lag (jenter/gutter) på samme lag.

**OBS!** Gjelder ikke HIL-utøvere.

Klubbene faktureres etter avholdt stevne, og dobbel avgift for etteranmeldinger!

## YTTERLIGERE INFORMASJON

Arrangementskontakt: Haugesund IL Friidrett 476 55 284 / [post@haugesundil.no](mailto:post@haugesundil.no)



# Haugesund Idrettslag Friidrett

## Øvelsesutvalg Mailekene 2025

<b>Lørdag 24.mai</b>		<b>Søndag 25.mai</b>	
<b>J6/9</b>	60m - lengde - liten ball		
<b>J10</b>	60m - liten ball	<b>J10</b>	600m - lengde
<b>J10</b>	4 x 60m stafett Donald-stafett (evt. mix)		
<b>J11</b>	60m - lengde - liten ball	<b>J11</b>	600m - 60m hk - kule
<b>J12</b>	60m - 600m - lengde - liten ball	<b>J12</b>	200m - 1500m - 60m hk - kule – høyde
<b>J11/J12</b>	4 x 60m stafett Donald-stafett (evt. mix)	<b>J13</b>	200m - 1500m - 60m hk - lengde
<b>J13</b>	60m-600m-høyde-kule- spyd	<b>J14</b>	200m - 1500m - 60m hk - lengde
<b>J14</b>	60m - 800m - høyde - kule - spyd	<b>J15/J16</b>	1000m stafett
<b>J13/J14</b>	4 x 60m stafett Donald-stafett (evt. mix)	<b>J15</b>	200m - 1500m - 80m hk - lengde -kule – slegge
<b>J15</b>	100m - 800m - 300m hk - høyde - spyd	<b>J16</b>	200m - 1500m - 100m hk - lengde - kule – slegge
<b>J16</b>	100m - 800m - 300m hk - høyde - spyd	<b>J17</b>	200m - 1500m - 100m hk - lengde-kule – slegge
<b>J17</b>	100m - 800m - 300m hk - høyde - spyd	<b>J18/19 / KS</b>	200m - 1500m - 100m hk - lengde-kule – slegge
<b>J18/19 / KS</b>	100m - 800m - 400m hk - høyde - spyd	<b>J17/19</b>	1000m stafett
<b>G6/9</b>	60m - lengde - liten ball		
<b>G10</b>	60m - liten ball	<b>G10</b>	600m – lengde
<b>G10</b>	4 x 60m stafett Donald-stafett (evt. mix)		
<b>G11</b>	60m - lengde - liten ball	<b>G11</b>	600m - 60m hk – kule
<b>G12</b>	60m - 600m - lengde - liten ball	<b>G12</b>	200m - 1500m - 60m hk - kule – høyde
<b>G11/12</b>	4 x 60m stafett Donald-stafett (evt. mix)	<b>G13</b>	200m - 1500m - 60m hk - høyde
<b>G13</b>	60m - 600m - lengde - kule - spyd	<b>G14</b>	200m - 1500m - 80m hk – høyde - slegge
<b>G14</b>	60m - 800m - lengde - kule - spyd	<b>G15</b>	200m - 1500m - 100m hk – lengde - kule - slegge
<b>G13/14</b>	4 x 60m stafett Donald-stafett (evt. mix)	<b>G16</b>	200m - 1500m - 100m hk – lengde - kule – slegge
<b>G15</b>	100m - 800m - 300m hk - høyde – spyd	<b>G15/16</b>	1000m stafett
<b>G16</b>	100m - 800m - 300m hk – høyde – spyd	<b>G17</b>	200m - 1500m - 110m hk – lengde - kule – slegge
<b>G17</b>	100m - 800m - 400m hk - høyde – spyd	<b>G18/19 / MS</b>	200m - 1500m - 110m hk – lengde - kule – slegge
<b>G18/19 / MS</b>	100m - 800m - 400m hk - høyde – spyd	<b>G17/19</b>	1000m stafett

**NB! Starttidspunktet for rekruttklassene blir lørdag kl. 12:00.**

### Antall forsøk:

Rekrutt: 3 forsøk

10 – 12 år: 4 forsøk

13-19 år: 3+3 forsøk, finale – 8 beste

**15 år+ SUPERFINALE 100m**



# Haugesund Idrettslag Friidrett

---



Generalsponsor for Haugesund Idrettslag:



Haugesund  
Sparebank

Sponsorer og samarbeidspartnere:



Haugesunds Avis

CRAFT



DEEPOCEAN

coop  
Sørvest



Haugesund  
Sparebank



GASSCO