



Inviterer til

**Åpent
NORDNORSK MESTERSKAP
Junior og Senior**

Valhall stadion

lørdag 28. – søndag 29. juni 2014



SAGA, TROMSØ
BY CHOICE HOTELS



Påmelding

Online påmelding på www.minidrett.no.
Påmeldingsfrist 20. juni 2014.

Påmelding på annen måte og etteranmelding aksepteres på epost til jan@schjetlein.com under forutsetning av at det brukes NFIF's samlelister eller annen liste med fullstendige opplysninger (fullt navn, klubb, fødselsdato, øvelser).

Etteranmelding aksepteres kun hvis det er ordinært påmeldte utøvere i øvelsen og i løp kun hvis det er ledig plass i heat.

Det regnes dobbel startkontingent for etteranmelding og påmelding via mail.

Etteranmelding på arrangementsdato godtas ikke.

Påmelding til **stafett** gjøres i sekretariatet på stadion senest 2 timer før start.

Øvelsesutvalg og klasser

I henhold til reglement arrangeres NNM i følgende klasser og øvelser:

Kvinner Junior (15-19 år) og Kvinner Senior

Lørdag: 200m, 800m, 3000m, 400mhk, lengde, stav, spyd, kule og 4x100m stafett.

Søndag: 100m, 400m 1500m 100mhk, 3000m hinder, tresteg, høyde, diskos, slegge og 2000m kappgang.

Menn Junior (15-19 år) og Menn Senior

Lørdag: 200m, 800m, 1000m, 400mhk, lengde, stav, spyd, kule og 4x100m stafett.

Søndag: 100m, 400m, 1 500m, 110mhk, 2 000m hinder, tresteg, høyde, diskos, slegge og 2000m kappgang.

Stafetter

Kvinner og Menn Senior

Lørdag: 4 x 100m stafett

Søndag: 1000m stafett

NB!

Slegge og diskos arrangeres med forbehold om at godkjent kastebur kommer på plass.

Startkontingent

Kr 150,- pr øvelse

Kr 200,- pr stafettlag.

Betaling:

BUL sender samleregning til utøvernes lag etter stevnet.

Teknisk gjennomføring

Løp: Ulike klasser og kjønn kan bli plassert i samme heat hvis det er få påmeldte.

Det arrangeres direkte finale i løp lengre enn 200 meter og hekk. Tider avgjør.

Høyde og stav: Starthøyde i høyde og stav NNM senior er fastsatt i eget reglement og er henholdsvis

1,60 og 2,50 for menn senior og

1,30 og 1,50 for kvinner senior.

Fri begynneshøyde for junior.

Lengde, tresteg og kast

3 forsøk hver. De 8 beste etter 3 forsøk får ytterligere 3 forsøk hver.

Kafé

Det blir kafé på stadion begge dager med salg av varm og kald mat og drikke.

Bane- og garderobeforhold

Valhall stadion har fast dekke for friidrett med 8 baner.

Det er garderober ved banen.

Deltagerne/lagene er selv ansvarlig for de eiendeler som legges igjen i garderobene.

Stevnestart

Lørdag 28/6 kl.12:00

Søndag 29/6 kl.11:00

Kontaktperson:

Stevneleder: Jan Schjetlein

Mobil: +47 905 70 469

E-post: jan@schjetlein.com