

Invitasjon til



Sortlandmesterskapet 2019

10. og 11. august

Påmelding

Påmelding gjøres på MinIdrett (<https://minidrett.nif.no/>). Påmeldingsfrist settes til 5. august. Påmelding etter fristen kan godtas etter avtale med arrangør, og det kreves da dobbel startkontingent.



Øvelsesutvalg lørdag

Rekrutt (6-10 år)	høyde, kule, 60m hekk, lengde u/tilløp
11 og 12 år	høyde, spyd, 200m, 60m hekk
13 og 14 år	60m hekk, lengde, kule, spyd
15 og 16 år	lengde, 100m, 400m, spyd, 80m/100m hekk, 3000m, slegge
17 år og eldre	lengde, 100m, 400m, spyd, 100m/110m hekk, 3000m, slegge



Øvelsesutvalg søndag

Rekrutt (6-10 år)	4-kamp: 60m, lengde, liten ball, 400m
11 og 12 år	60m, 600m, lengde, kule
13 og 14 år	3-steg, 60m, høyde, 600m, diskos
15 og 16 år	3-steg, 300m hekk, 200m, diskos, høyde, 800m, kule
17 år og eldre	3-steg, 400m hekk, 200m, diskos, høyde, 800m, kule

Mangekamp

Det arrangeres mangekamp med poengberegning etter Tyrvingtabellen for årsklassene 11 til og med 14 år. 4-kamp for 11 og 12 åringene søndag, 6-kamp for 13 og 14-åringene over to dager. Øvelsene i mangekampene er merket med rødt, og man melder seg på hver enkelt øvelse. Vi oppfordrer alle til å delta, selv om man ikke behersker alle øvelsene fullt ut. Ved deltakelse i mangekampen reduseres startkontigenten tilsvarende en øvelse. Det vil si at for 4-kampen betaler man for 3 øvelser.

Startkontigent

Startkontigenten betales innen 10.august til konto 4730.15.73746. Tilreisende klubber betaler fortrinnsvis samlet som klubb.

Rekrutter (6-10 år)	kr 75 per øvelse lørdag, kr 200 for 4-kamp søndag
11 år og eldre	kr 100 per øvelse
Stafettlag	Gratis

Stafett 4 x 100m (søndag, ca. midt på dagen)

Klasser:	6-10 år
	11-12 år
	13 – 14 år
	Jr og Sr

Vi henstiller klubbene til å melde på flere lag.



Premiering

6-10 år:	Deltakerpremie for enkeltøvelser lørdag Deltakerpremie for 4-kamp søndag
11-12 år:	De tre beste i alle øvelser, deltakerpremier til resterende. Premiering av vinnere i 4-kamp i hver årsklasse
13-14 år:	De tre beste i alle øvelser. Premiering av vinnere i 6-kamp i hver årsklasse.

15år og eldre: De tre beste i alle øvelser.

I tillegg trekker vi tilfeldige vinnere fra «Perseboksen» begge dager.

Sosial tilstelning

Lørdag kveld kl 18:30 – 21:00 blir det lagbowling med pizza og brus på Bowling1. Egenandel kr 150 for 11 år og eldre, kr 100 for rekrutter. Samlet påmelding per klubb til caféen lørdag innen kl 14:00.

Praktisk informasjon

Første øvelse starter kl 12:00 lørdag

Stevnet avsluttes søndag senest kl 16:00

I lengde og kast: 6 forsøk fra 13 år og eldre. 4 forsøk for 12 år og yngre

Direkte finale i alle løpsøvelser med distanse ut over 200m

Direkte finale for rekrutter i alle løpsøvelser

Opprop/oppmøte 10 minutter før start i alle øvelser

Utøvere fra og med 13 år skal ha løst lisens

Vel møtt til Sortland idrettspark!


Nordvik
Toyota Sortland


Bladet
Vesterålen

 
KOZMOS REVIÇOM