



## INNBYDELSE

### Narvik Lekene 2016 - 11. og 12. juni

Narvik Idrettslag inviterer store og små til Narvik Lekene 2016 på Narvik stadion. Stevnet er åpent for funksjonshemmede i utvalgte øvelser.

#### Påmelding

Gjøres via minidrett.no; <https://minidrett.nif.no/>, og må være registrert innen 5. juni.

Påmelding etter fristen kan godtas etter avtale med arrangør kun i øvelser som ikke medfører endringer i tidsskjema.

#### Kontaktperson

Sekretariatsleder: Kari Ann Nygård, Mobil 916 70 935, e-post: [kan-nyga@online.no](mailto:kan-nyga@online.no)

Stevneleder: Tone Nygård Stavenes, Mobil 417 58 831, e-post: [tone.1994@hotmail.com](mailto:tone.1994@hotmail.com)

#### Klasser og øvelsesutvalg:

Klasser	Lørdag 11. juni kl 1000	Søndag 12. juni kl 1000 (stav starter kl 0900)
J 10 og yngre	3-kamp: 60m, lengde, liten ball	600m, høyde
J 11 (f 2005)	60m, lengde, diskos, kappgang	60m hk, 600m, høyde, kule
J 12 (f 2004)	60m, lengde diskos, kappgang	60m hk, 600m, høyde, kule
J 13 (f 2003)	60m, høyde, diskos, spyd, kappgang	60m hk, 200m, 600m, stav, lengde, kule
J 14 (f 2002)	60m, høyde, diskos, spyd, kappgang	60m hk, 200m, 600m, stav, lengde, kule
J 15 (f 2001)	100m, 1500m, høyde, diskos, spyd,	80m hk, 200m, 800m, lengde, stav, kule
J 16 (f 2000)	100m, 1500m, høyde, diskos, spyd,	80m hk, 200m, 800m, lengde, stav, kule
J 17 (f 1999)	100m, 1500m, høyde, diskos, spyd	100m hk, 200m, 800m, lengde, kule, stav
KJ 18-19 (f 1998/97)	100m, 1500m, høyde, diskos, spyd	100m hk, 200m, 800m, lengde, kule, stav
KS og Vet.	100m, 1500m, høyde, spyd, diskos	100m hk, 200m, 800m, lengde, stav, kule
G 10 og yngre	3-kamp: 60m, lengde, liten ball	600m, høyde
G 11 (f 2005)	60m, lengde, kule, kappgang	60m hk, 600m, høyde, diskos
G 12 (f 2004)	60m, lengde, kule, kappgang	60m hk, 600m, høyde, diskos
G 13 (f 2003)	60m, høyde, lengde, kule, spyd, kappgang	60m hk, 200m, 600m, stav, diskos
G 14 (f 2002)	60m, høyde, lengde, kule, spyd, kappgang	80m hk, 200m, 600m, stav, diskos
G 15 (f 2001)	100m, 1500m, høyde, lengde, kule, spyd	100m hk, 200m, 800m, stav, diskos
G 16 (f 2000)	100m, 1500m, høyde, lengde, kule, spyd	100m hk, 200m, 800m, stav, diskos
G 17 (f 1999)	100m, 1500m, høyde, lengde, kule, spyd	110m hk, 200m, 800m, stav, diskos
MJ 18-19 (f 1998/97)	100m, 1500m, høyde, lengde, kule, spyd	110m hk, 200m, 800m, stav, diskos
MS og Vet.	100m, 1500m, høyde, lengde, kule, spyd	110m hk, 200m, 800m, stav, diskos
Funksjonshemmede alle klasser	60m, kule, lengde	200m



### **Stafett 800m fordelt på 4 etapper:**

Som siste øvelse under Narvik Lekene lørdag arrangeres 800m stafett med følgende etappeinndeling:

1. etappe 400m, 2. etappe 100m, 3. etappe 200m og 4. etappe 100m.

Hvert lag stiller med 2 gutter og 2 jenter. Samlet alder for stafettlaget kan ikke overstige 56 år. Vi henstiller lagene om å melde på flere stafettlag.

### **Startkontingent**

**Rekrutter:** Kr 120,- for 3-kamp lørdag og kr 50,- pr. øvelse søndag - 600m og høyde. **11 år og eldre:** Kr 90,- pr øvelse. Startkontingenten betales inn på konto 4545.07.01770. Påmelding etter påmeldingsfristen betyr **dobbel startkontingent**.

**Stafett:** Kr 100,- pr lag.

### **Overnatting**

Også i år kan vi tilby rimelig overnatting på Oscarsborg skole. Klubber som overnatter må ha minst en voksen tilstede. Overnatting koster kr. 50,- pr person pr natt og betales sammen med påmelding.

Friddrettsforbundet har inngått avtale med Choicehotellene som sin offisielle hotellsamarbeidspartner og gir rabatter til Nordic Choice medlem. Oppgi friddrettspris hotell – Kode 66160. Link til bestilling;

<https://www.nordicchoicehotels.no/nfif/>

### **Premiering**

Deltakermedalje for 3-kamp i rekruttklassen lørdag og deltakermedalje i 600m søndag. Premiering til de 3 beste i hver øvelse fra 11 år.

Bestemannspremie i korte løp (løp I), lange løp (løp II), hopp og kast deles ut til beste utøver mellom 11 og 19 år etter Tyrvingtabellen. **Også i år er bestemannspremiene flotte gavekort fra vår bank Sparebanken Narvik.**

### **Konkurranseregler**

I alle løp skal det krysses av på løpslister som tas ned 1 time før øvelsesstart. Viktig at oppnådd årsbeste eller personlig rekord oppgis i sprintøvelsene. I tekniske øvelser er det opprop ved start senest 10 minutter før konkurransen starter.

#### Finaleutvelgelse på 60m/100m er slik:

Ved 2 heat (heatvinner + 4 beste tider går til finale). Ved 3 heat (heatvinner + 3 beste tider går til finale). Ved 4 heat (de 6 beste tidene videre til finale).

#### Øvrige løpsøvelser:

På løpsøvelser fra og med 200m vil tid være avgjørende for plassering ved flere heat.

#### Lengde og kastøvelser:

I lengde og alle kastøvelser har rekruttene 3 omganger, 11-14 år har 4 omganger og 6 omganger fra og med 15 år.

**Velkommen til de 53. Narvik Leker i friidrett!**