



BAMSELEKENE



10-19 år og senior

Lørdag 18.mars og Søndag 19.mars 2017

Hedmark Friidrettskrets inviterer til Bamselekene i Stangehallen lørdag 18.mars og søndag 19.mars begge dager kl. 10.00.

Øvelser 1.dag:	
Jenter 10-12 år:	600m, kule, 4x 100m stafett
Jenter 13-14 år:	60m, 600m, høyde, kule, 4 x 200m stafett
Jenter 15 år:	60m, 600m, høyde, kule
Jenter 16-19 år og kvinner senior:	60m, 600m, lengde, kule
Jenter 15-19 år og kvinner senior:	4 x 200m stafett
Gutter 10-12 år:	600m, lengde, 4 x 100m stafett
Gutter 13-14 år:	60m, 600m, lengde, 4 x 200m stafett
Gutter 15-19 år og menn senior:	60m, 600m, lengde, 4 x 200m stafett
Øvelser 2. dag:	
Funksjonshemmede	60m
Jenter 10-11 år:	60m, lengde
Jenter 12 år:	60m, 200m, lengde
Jenter 13-15 år:	200m, lengde
Jenter 16-19 år og kvinner senior:	200m, høyde
Gutter 10-11 år:	60m, kule
Gutter 12 år:	60m, 200m, kule
Gutter 13-14 år:	200m, høyde, kule
Gutter 15-19 år og menn senior:	200m, høyde, kule

I enkeltøvelser er 18 og 19 år fellesklasse, for 10-17 år er hver årsklasse for seg.

I stafettene er det følgende klasser: 10/12 år, 13/14 år, 15/16 år, 17/19 år og senior i tillegg mix-klasser (samme aldersinndeling) med 2 jenter og 2 gutter på hvert lag. Utøvere kan konkurrere i andre klasser i stafettene enn i enkeltøvelsene, men ingen kan løpe på mer enn ett stafettlag.

På 60m for 13 år og eldre løpes forsøk + finaler. På 60m for 10-12 år og funksjonshemmede samt i alle løpsøvelser f.o.m. 200m er tid avgjørende. Lørdag avvikles 60m forsøk og finaler før de øvrige løpsøvelser.

I lengde og kule i klassene 10-12 år er det 3 forsøk for alle.

NB! I klasser/øvelser med svært stor deltakelse kan det bli ytterligere reduksjon i antall forsøk.

Startkontingent: Kr. 100,- pr. enkeltøvelse og kr 350 pr. stafettlag.
Etteranmeldelser mot kr. 50,- i tillegg pr. øvelse. Det tas ikke imot etteranmeldelser på stevnedagene.

Klubbene faktureres for startkontingent i etterkant av stevnet.

Påmelding: Vi oppfordrer alle til å benytte online-påmelding via <https://minidrett.nif.no/>
Påmelding kan også sendes (trenger ikke startkort).
Påmelding til stafett sendes på e-post.
E-post: heid-kr@online.no (oppgi fødselsår ved påmelding på E-post/brev)
Brev: Heidi Kristiansen, Granfaret13, 2330 Vallset
Påmeldingsfrist: 1. mars.
NB! Det tas ikke imot etteranmeldelser stevnedagene.

Informasjon: Bård Venholen 997 44 546. Heidi Kristiansen 480 59 287

Premiering: Alle premier er bamser i ulike størrelser. Bamse til samtlige deltakere i alle øvelser – også stafettene. For 13 år og eldre utdeles ekstrapremie til alle som setter stevnererekord. For 10 -12 år er det ekstrapremie til alle som gjennomfører alle de individuelle øvelsene i klassen. Lagpremie (bamse) til de tre beste lagene.

Poengberegning:

1 poeng pr. utøver og øvelse. 3 ekstrapoeng for 1. plass, 2 ekstrapoeng for 2. plass og 1 ekstrapoeng for 3. plass. I stafettene er det 4 poeng pr. stafettlag og 6 ekstrapoeng for 1. plass, 4 for 2. plass og 2 for 3. plass. Ved poenglikhet er den klubb med flest 1. plasser vinner, ved fortsatt poenglikhet flest 2. plasser osv.

Ytterligere opplysninger blir fortløpende lagt ut på www.hofik.no og [facebook](https://www.facebook.com/hofik.no)