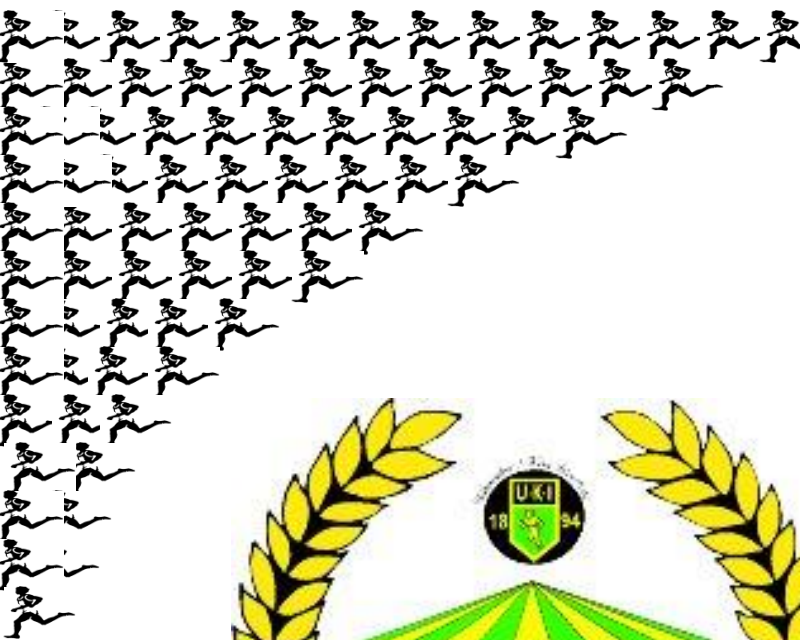


C R A M O

Ullensaker/Kisa IL Friidrett

Postboks 333
2051 JESSHEIM

2013



www.hoppensprett.no
Hoppensprett



Bygg med glede!



FURUSETH

spenst
JESSHEIM



JESSHEIM STORSENTER



Ull/Kisa IL Friidrett takker sponsorene for bidrag.

Uten solide støttespillere ville det ikke vært mulig å drive friidrettsaktiviteter og gjennomføre arrangementer slik vi gjør i dag. Våre sponsorer og annonsører er i aller høyeste grad "med på laget" – deres bidrag er uunnværlig for å sikre et godt tilbud for både topp- og breddeutøvere i laget vårt.

Vi oppfordrer alle deltakere og andre til å benytte våre velvillige samarbeidspartnere.



UKI-karusellen 2013

Post: Ullensaker/Kisa IL Friidrett, Postboks 333, 2051 Jessheim

Internett: <http://www.ullkisa.no/friidrett>

Kontakt: Bodil Anthi Svinø eller Nils Kristen Wiig
Tlf: 482 61 363 950 83 927
E-post: bodilasvino@gmail.com nils.wiig@gmail.com

Velkommen til Furuseth UKI karusell nr. 48

Ullensaker/Kisa IL Friidrett ønsker velkommen til et nytt karusellår. Vi har en rutineret arrangementsstab som også i år vil gjøre sitt ytterste for at det skal bli en trivelig karusell for aktive, funksjonærer og tilskuere. Vi legger stor vekt på å stimulere til fysisk aktivitet for alle, unge som gamle. Det er derfor viktig at dere som deltar opplever UKI-karusellen som positiv, og at dere får lyst til fortsatt fysisk aktivitet.

Vi har gjennom flere år hatt et samarbeid med Spenst på Jessheim. Dette viderefører vi i år gjennom **Spenst UKI Mosjonskarusell**. Løypetraseene for denne klassen, er som tidligere år, tilpasset målgruppen, unge og eldre som ønsker å gå (eller løpe) karusellen, med eller uten staver, uten tidtaking.

I samarbeid med Hellvik Hus Romerike AS arrangerer vi **Hellvik Hus UKI Ungkarusell**. Vi legger vekt på at de yngre skal føle at de er en del av UKI-karusellen. Dette innbefatter gate-/terrengløp, hvor deler av traseene for UKI-karusellen benyttes.

Også i år har vi inngått samarbeid med Hoppesprett Aktivitetsbarnehager og opplegget for **Hoppesprett UKI Barnekarusell** følger samme spor som tidligere.

Vi arrangerer **UKI karusell for funksjonshemmede**, en egen karusell for funksjonshemmede. Friidrett skal være inkluderende og attraktivt for alle!

Selv om det å delta er det viktigste vil vi også i år tilby resultatservice på vår hjemmeside, www.ullkisa.no/friidrett. Vi fortsetter ellers det gode samarbeidet med Eidsvoll Ullensaker Blad om resultatservice og dekning av løpene. Kondis Romerike har også fyldig dekning av de ulike løpene på www.kondis.no.

Vi ønsker alle deltakerne lykke til med årets karusell – og husk:
Alle er vinnere i UKI-karusellen!

Med hilsen
Rune Wiker, leder Ullensaker/Kisa IL Friidrett



UKI-karusellen

UKI-karusellen omfatter 6 arrangementsdager og har tilbud til hele familien.

Vi håper alle deltagere og deres ledsagere vil være med å lage god stemning på Jessheim friidrettsstadion. Gi oss gjerne tilbakemelding på arrangementet slik at vi kan tilpasse oss ønsker og behov som dere deltagere måtte ha.



Informasjon

Startkontingent (gjelder for hele løpskarusellen):

Hoppensprett UKI-Barnekarusell	0 – 9 år	kr 200,-
Hellvik Hus UKI-Ungkarusell	10 – 16 år	kr 300,-
Ordinær UKI-karusell	15 år og eldre	kr 500,-
UKI- Mosjonskarusell	Alle aldre	kr 400,-
UKI-karusell for funksjonshemmede	Alle aldre	kr 200,-

Etteranmeldingsgebyr kr 50,-, påmelding før start på løpsdagene

Enkeltløp kr 100,- pr. løp. Ingen premiering

Startnummeret skal beholdes og brukes i alle løp. Pass på at du ikke benytter startnummer fra andre løp eller fra tidligere karuseller. Dersom du har glemt eller mistet startnummer fåes nytt på stevnekontoret.

Garderøber/toaletter er i UKI Arena. Toaletter finnes også i friidrettsbygget.

Stevnekontoret finner du i friidrettsbygget. Stevnekontoret åpner en time før start hver arrangementsdag.

Løypene legges i området rundt stadion. Endelige løypetraseer var ikke fastlagt når programmet gikk i trykken, vi henviser til oppslag og våre nettsider.

Baneløp går på Jessheim friidrettsstadion. Dekket gir godt feste for joggesko/løpssko uten pigger. Hvis piggsko benyttes må lengden på piggene ikke være over 6 mm.



Klasseinndeling

Alder er det antall år som fylles i 2013

Hoppensprett UKI-
Barnekarusell:

Jenter/gutter 0-4 år, 5-7 år og 8-9 år
Ingen tidtaking

Hellvik Hus UKI Ungkarusell:

Jenter/gutter 10 år (Ingen rangering)
Jenter/gutter 11-12 år, 13-14 år og 15-16 år

Furuset UKI Ordinær karusell:

Kvinner/menn 15-20 år, 21-34 år,
deretter 5-års klasser

Spenst UKI Mosjonskarusell:

Ingen klasseinndeling eller tidtaking.

UKI-karusell for
funksjonshemmede

Ingen klasseinndeling eller tidtaking.

Det er mulig å delta i Ordinær karusell eller Ungkarusell også om du ikke ønsker tidtaking. Det kan da være fri starttid, det gis beskjed når løpet er gjennomført og det noteres tid 99.99 eller fullført i resultatlista.



DET VAR SÅ SOM SÅ MED TOILETTFORHOLDENE
DE FØRSTE ÅRENE.....



DET ER IKKE GARE
SPREKE VETERANER -



FORTVILELSE OG FORVIRRING PÅ STARTSTEKEN



Premiering

Alle som fullfører minst tre løp premieres. Hardangerbestikk med karusell-logo i alle klasser. Spesiell premiering ved hvert 5. år som er fullført. Dette også med Hardangerbestikk etter spesifisert liste. Klassevinnere premieres også med Hardangerbestikk, samt diplom. Premieringsoversikten og alle premietyper stilles ut i stevnekontoret fra og med 1. løp.



Premier kan hentes løpsdagen fra og med 3. løp. Klassevinnerpremier og diplom overrekkes etter siste løp den 28. september. **Vi ber om at alle klassevinnere møter til premieutdeling som finner sted ca. kl 15:15.**

Det er mulig å kjøpe UKI-karusellens tradisjonelle statuetter med inngravert navn og antall år til kostpris. Statuetter med inngravert navn koster ca. kr 300,-. Prisen er avhengig av antall som blir bestilt. Skjema for bestilling av UKI-statue leveres senest ved 3. løp den 6. juni, og statue kan hentes ved 4. løp.

Uavhentede premier fra 2012 kan hentes i stevnekontoret.

Hedersstatuett tildeles løpere som fullfører UKI-karusell for 35. gang. Se adelskalender bak i programmet.

Klassevinnere

Resultatene regnes ut sammenlagt for løpsserien der løperens 3 beste løpsplasseringer teller, og det rangeres etter plassiffer.

Det kåres klassevinnere i **Furuseth UKI Ordinær karusell** og i **Hellvik Hus UKI Ungkarusell** for klassene **11 år og eldre**.

Men alle som fullfører UKI-KARUSELLEN betraktes som vinnere!

G-Sport Kløfta gir gavepremie til deltagere med startnummer som i år har sluttsiffer 48.

Sport&Fritid Birkelund AS
Romerikssenteret Kløfta Tlf: 63 98 28 28





Løyper

Løypene for alle klasser legges i området rundt stadion. Endelige løypetraseer var ikke fastlagt når programmet gikk i trykken, vi henviser til oppslag og våre nettsider.

Startsted for alle løp utenom banen vil være på samme sted for alle klasser og alle løp. Startstedet er på vegen utenfor stadions nordvestre hjørne. For alle løp og alle klasser er **mål** på Jessheim friidrettsstadion.

**FURUSETH**

Rekorder Furuseth UKI Ordinær karusell

Distanser og løyper i karusellen var i mange år de samme. For 1500m og 800m tar vi med oss rekordene, for de andre løpene er det nye løyper.

Distanse	Tid	Kvinner	År	Tid	Menn	År
1500m bane	4.38,6	Björg Moen, IL BUL	1979	3.54,7	Vidar Birkelund, Ull/Kisa	1987
800m bane	2.26,9	Gunn Helen Hagen, Oppstad	2012	2.02,7	Carl Jørgen Owre, Ull/Kisa	2004



Spentst UKI Mosjonskarusell

Spentst UKI Mosjonskarusell er tilbudet til dere som vil komme dere ut å trimme og som ikke ønsker tidtaking. Deltagerne kan velge om de vil gå med eller uten staver. Det blir ingen tidtaking. Mosjonskarusellen teller likt for karusell ansiennitet i forhold til Ordinær karusell.

Løypene til Mosjonskarusellen er ved noen løp de samme som benyttes for løp. Vis hensyn og gå på høyre side i løypa og la løpere passere på din venstre side. Vær oppmerksom så alle får en fin opplevelse!

**Hoppensprett**www.hoppensprett.no

Hoppensprett UKI Barnekarusell

Et tilbud til barn i alderen 0-9 år. Øvelsene foregår på Jessheim friidrettsstadion. Distansene er fra 60 m til 300 m, noen med enkle hindre for å skape litt lek. Det er ingen tidtaking, resultatlistene blir satt opp i tilfeldig rekkefølge.

Premie til alle som fullfører minst 3 løp. Is til alle som passerer målstreken i hvert løp.



Rekorder Hellvik Hus UKI Ungkarusell

Distanser og løyper i karusellen var i mange år de samme. For 60m og 800m tar vi med oss rekordene, for de andre løpene er det nye løyper.

Distanse	Tid	Jenter	År	Tid	Gutter	År
60m bane	8,18	Betina Nilssen, Ull/Kisa IL	2008	7,5	Martin Opaker, Ull/Kisa IL	2010
800m bane	2.33,2	Vilde N. Alfarrustad, Strøm. IF	2011	2.09,1	Andreas Roth, Ull/Kisa IL	2008





Ull/Kisa
Friidrettsskole
www.ullkisafridrettsskole.no

2013
24. - 27. juni
og
8., 9., 12., og
13. august

**Norges største
friidrettsskole!**

Ulik lek og moro i tillegg til friidrett



Jessheim friidrettsstadion
Nytt og topp friidrettsanlegg!



Friidrettsskolen 2012



Våre aktive utøvere
stiller som trenere

Vi gjentar suksessen og inviterer gutter og jenter i alderen 7-13 år

- Innføring, trening og konkurranse i:
 - løp, hopp og kast
- Masse lek og moro:
 - slåball, stafetter, boksen går, mm
- Frukt til alle

Skolen i juni arrangeres mandag 24. juni til torsdag 27. juni.
Skolen i august arrangeres tors. 8., fre. 9., man. 12 og tirs. 13. august

Sted: Jessheim friidrettsstadion
Tid: 09.00 – 15.00
Pris: kr 1050,- (for første barn)
kr 700,- (for søsken)

Prisen gjelder for en av ukene / 4 dager.

Kontakt, informasjon og påmelding:
www.ullkisafridrettsskole.no



UKI-karusell for Funksjonshemmede

Vi en egen karusell for funksjonshemmede. Gruppen er åpen for alle funksjonshemmede i alle aldre.

Vi tilrettelegger lengden på løypene så de passer for hver enkelt. Enten du sitter i rullestol eller kan løpe eller gå litt lengre, har vi en løype for deg. Det er anledning til å ha med ledsager.

Det vil merkes en løype på 2 km som går i terreng/vei, i tillegg kan man løpe/gå 200 m på stadion. Det kan også velges å løpe i løypene som benyttes i de andre klassene. For løypekart henviser vi til oppslag og våre nettsider. Møt opp i god tid før start for å avtale opplegg for dagens karuselløp med arrangøren. Felles for alle løp er at mål er inne på stadion.



Resultattjenester 2013

Resultater fra UKI-KARUSELLEN leser du i

Eidsvoll Ullensaker BLAD
Avisen for Øvre Romerike www.eub.no

Tirsdag	23. april
Lørdag	11. mai
Lørdag	8. juni
Lørdag	10. aug.
Lørdag	31. aug.
Tirsdag	1. okt.

Resultater vil også bli lagt ut på internett <http://www.ullkisa.no/fridrett>.

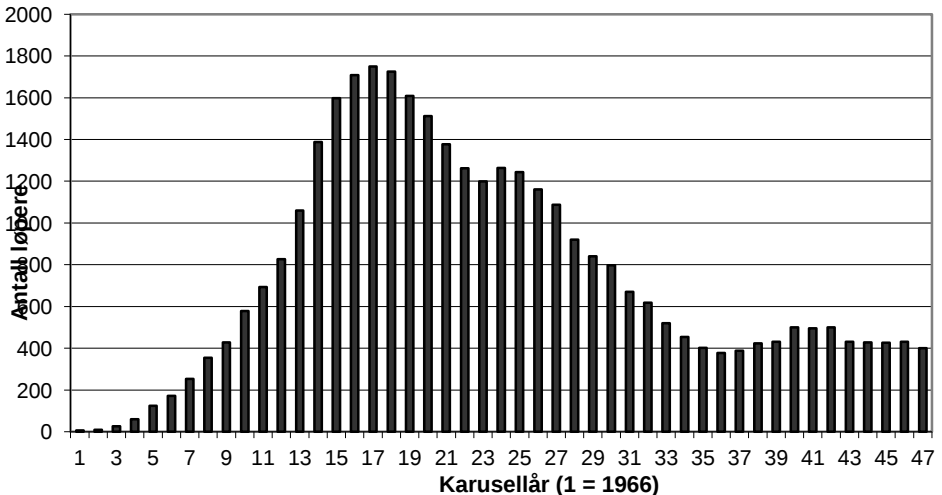
Kondis gir også fyldig omtale på kondis.no



Historikk

I 2012 fullførte 400 deltagere 3 løp eller flere. I alt deltok det 588 kvinner og menn i alle aldre. 6875 personer har deltatt i karusellens historie.

Historikk over antall fullførte i perioden 1966 - 2012



UKI-karusellen 2012 Klassevinnere



Gutter fra venstre:

Sverre Gjestebø, Sondre Opaker Øines, Jonas Haarberg Bolgen, Lars Anders Tenhold, Kristian Monsen, Rune Nilsen, Bjørn Lauglo, Petter Kildal, Helge Holth

Jenter fra venstre:

Emilie Hov Andreassen, Mari Hognestad, Stina Seline Strengenes, Helena Seland Myhre, Karoline Næss, Gro Elvhaug, May Brit Taftø Petersen (35-års jublant), Trine B. Mangerud, Bjørg Farbu, Eva Carlsen



Adelskalender pr 1.1.2013

46 fullførte år		ERNST SØLVSBERG	GJØVIK FIK
ARNE LUKE		HARALD AANERUD	OBIL
INGVAR HALVORSEN		JOHANNES BJØRNLAND	ULLENSAKER/KISA IL
JENS HERMAN AAMODT		MAY BRIT T PETERSEN	DNB OSLO
44 fullførte år		ODD LANGGÅRD	SKEDSMO SKIKLUBB
ARNE MOEN	DRAKA COMTEQ	ODDVAR HALLINGSTAD	PRIVAT
PER W BØE	ULLENSAKER/KISA IL	OLAF KNAI	HURDAL IL
PETTER KILDAL	HAGA IF	SIGURD KÅRSTAD	RAUMNES & ÅRNES IL
ROLF BARBAKKEN	RAUMNES & ÅRNES IL	SVEIN O TUNOLD	KLØFTA IL
SVEN OLBERG	AURSKOG-HØLAND FIL	TOR B GRØNSTAD	PRIVAT
43 fullførte år		TORBJØRN ANDREASSEN	PRIVAT
TERJE OLSEN	PRIVAT	34 fullførte år	
VIDAR BERG	ROMERIKE POLITI IL	BJØRN KNUDSEN	STOVNERKAMERATENE
42 fullførte år		DAG LILØKKEN HAGE	TOLLERNES IL
ARNE ARNESEN	RAUMNES & ÅRNES IL	ERIK TENOLD	LØPSKLUBBEN 1814
HARALD ØDEGÅRD	RAUMNES & ÅRNES IL	LEIF K RØISE	FEIRING IL
ERIK NORAKER	FET FIK	NILS A SÆTHERMOEN	ULLENSAKER/KISA IL
JOHN JOHANSEN	ULLENSAKER/KISA IL	ODD M JENSEN	LØRENSKOG FIL
41 fullførte år		ÅGE M HANSEN	JBIL EIDSVOLL
KRISTEN EGGEN	TELENOR IL	33 fullførte år	
HÅKON NYGÅRD	ASICS	ARVE TRETTERUD	ICOPAL AS
ODD KINNSBEKKEN	ULLENSAKER/KISA IL	AUD-IRENE LERENGEN	ULLENSAKER SKIKLUBB
40 fullførte år		BJARNE DØHLEN	ROMERIKE RUNNERS
HÅKON STEFFERUD	DNBNOR OSLO	HARALD KILDAL	NORGESINVESTOR
JOHNNY HERMANSEN	FET FIK	INGFRID FOSS KVAM	PRIVAT
39 fullførte år		LEIF FARBU	HAMAR SKIKLUBB
FINN LØKEBERG	AURSKOG-HØLAND FIL	MAGNUS BETTEN	OSLO POLITI IL
KNUT KRISTIANSEN	ULLENSAKER/KISA IL	OLA SKILDHEIM	JESSHEIM
KRISTIAN ROALDSTVEIT	HURDAL IL	SVEIN MOEN	ROMMERIKE RUNNERS TEAM
OLE ARNEGÅRD	ULLENSAKER/KISA IL	TRINE B MANGERUD	ULLENSAKER/KISA IL
OLE JONNY SØRENSEN	HADELAND FIK	WIDAR ROGNERUD	RAUMNES & ÅRNES IL
SVEIN-ERIK HAUGER	LØRENSKOG FIL	32 fullførte år	
38 fullførte år		ARNE HALVORSEN	LØRENSKOG FIL
BERIT VETLAND	PRIVAT	BJØRN LANGÅRD	FEIRING IL
STEINAR STAVDAL	VERITAS BIL	BJØRN DEHLI	RB BIL
37 fullførte år		HANS NORDENGEN	HURDAL IL
ANDERS ASK	TOLLERNES IL	HENNING HØGHEIM	ULLENSAKER/KISA IL
GEIR HÅKON BJØRNSTAD	AGATHON BORGES	JAN-ERIK RYBRÅTEN	ULLENSAKER/KISA IL
HÅKON NORDGÅRD	HURDAL	KÅRE CHR OLSEN	AK MASKINER
JOSTEIN BRODSHAUG	ROMERIKE POLITI IL	SIGMUND ONGSTAD	UNIVERISITETETS BIL
PER ENGH	NANNESTAD SKIKLUBB	SVERRE RIMSTAD	RAUMNES & ÅRNES IL
36 fullførte år		WENCHE HAGA	PEPPES PIZZA JESSHEIM
JOHN BIRKELUND	ULLENSAKER/KISA IL	31 fullførte år:	
ARNE-FRITHJOF LØKEN	FEIRING IL	30 fullførte år:	
FRANK FINSTAD	ELEKTROSKANDIA BIL	29 fullførte år:	
HELGE HOLTH	ROMERIKSLAGET	28 fullførte år:	
INGAR INDREDAVIK	KILAB A/S	27 fullførte år:	
MARIT SKOLT SKAFLE	ULLENSAKER/KISA IL	26 fullførte år:	
OLE KR VIKERHAUG	FET SKIKLUBB	25 fullførte år:	
STEINAR ULSAKER	ULLENSAKER/KISA IL	11 løpere	
35 fullførte år		20 løpere	
ARILD OLSEN	STOVNERKAMERATENE	9 løpere	
BJØRN-ERIK LAURITSEN	ROMERIKE RUNNERS TEAM	7 løpere	
BORGER HANSEN	SØRUM IL	20 løpere	
BØRRE BRODSHAUG	FEIRING IL	23 løpere	

6875 løpere har fullført 1 eller flere år

Løpsdager UKI-karusellen 2013

		UKI karusell for funksjonshemmede		Furuset UKI Ordinær karusell		Hellvik Hus UKI Ungkarusell		Hoppensprett UKI Barnekarusell		Spent UKI mosjonskarusell	
		Første start	Distanse	Første start	Distanse	Første start	Distanse	Første start	Distanse	Første start	Distanse
1	Lørdag 20. april	14.15	Det vil merkes løyper på 1,5 km og 2 km som går i terreng/vei, i tillegg kan man løpe/gå på banen. Det kan også velges å løpe i løypene som benyttes i de andre klassene.	15.00	1,5 km vei	14.35	600 m vei	14.00	200 m bane	14.30	3 km vei
2	Torsdag 9. mai	14.20		14.40	6 km terreng	14.30	2 km terreng	14.05	300 m bane	14.00	6 km terreng
3	Torsdag 6. juni	18.15		19.20	1500 m bane	18.35	60 m bane	18.00	300 m bane m/ hinder	18.30	3 km vei/ terreng
4	Torsdag 8. aug.	18.20		18.40	3 km vei / terreng	18.35	1,5 km vei / terreng	18.05	200 m bane	18.00	3 km vei / terreng
5	Torsdag 29. aug.	18.20		18.35	8 km terreng	18.25	2 km terreng	18.05	400 m bane	18.00	8 km terreng
6	Lørdag 28. sept.	14.15		14.40	800 m bane	14.30	800 m bane	14.00	300 m bane m/ hinder	14.20	2 km vei / terreng

Vi ønsker alle våre deltagere et godt mosjonsår !