

VELKOMEN TIL DEN 70. OLDESTAFETTEN

Olden idrettslag inviterer til **Oldestafetten søndag 19.april 2026.**

Som tidlegare år kan ein melde på lag i klassane *Gutar, Jenter, Veteran, Damer og Herrar*. Det har også blitt ein tradisjon å arrangere stafettleik for barn før starten på gutestafetten. Dette er ein ministafett for dei frå 6 til 10 år, der vi grupperer laga tilfeldig, med fire på kvart lag, og der alle får ein liten premie.

Også i år vil vi ha med ein *Open klasse*. Dette er tenkt å vere eit uhøgtideleg innslag for dei som ikkje tykkjer dei er godt nok trent til å vere ved i ordinære klassar. Det passar for bedriftslag, familielag eller grendalag osv som vil delta litt meir uformelt. Vi køyrer damer og herrar i same klasse her og ser gjerne at det blir blanda lag. Starttidspunkt blir vurdert nærare på stafettdagen, men blir sannsynlegvis samtidig med Veteran og Damer.

Vi ber laga vere merksame på at det kan bli litt endringar i starttidspunkta for dei vaksne klassane i forhold til oppsett plan.

- Kl 13.00 - Defilering
- Kl 13.30 - Ministafetten
- Kl 14.00 - Gutestafetten
- Kl 14.15 - Jentestafetten
- Kl 14.30 - Veteran/Damer/Open klasse
- Kl 14.50 - Herrar
- Kl 15.10 - Loddrekning/premieutdeling



ETAPPAR GUTAR OG JENTER

1. 490m 200 m asfaltert landeveg, 240 m unna gardsveg/terreng, 50 m svak stigning.
2. 370m 120 m stigning grasmak/gardsveg, deretter tilnærma flat gardsveg.
3. 600m Lett kupert gardsveg/grasmak.
4. 200m Kupert gardsveg med asfalt til slutt.
5. 380m Asfaltert landeveg med litt stigning siste 100 m mot mål.

ETAPPAR VETERAN, DAMER OG OPEN KLASSE

1. 610m 200 m asfaltert landeveg, 240 m unna gardsveg/terreng, 170 m svak stigning.
2. 440m Tilnærma flat gardsveg.
3. 805m Lett kupert gardsveg/grasmak 470 m, så stigning 250 m, unna 85 m til slutt.
4. 440m 100 m landeveg svakt unna, 340 m flat asfaltert landeveg.
5. 380m Asfaltert landeveg med litt stigning siste 100 m mot mål.

ETAPPAR HERRAR

1. 825m 375 m asfaltert landeveg, 280 m unna gardsveg/terreng, 170 m svak stigning.
2. 440m Tilnærma flat gardsveg.
3. 805m Lett kupert gardsveg/grasmak 470 m, så stigning 250 m, unna 85 m til slutt.
4. 750m 100 m landeveg svakt unna, 300 m stigning gardsveg/grasmak, 350 m unna.
5. 340m Asfaltert landeveg med litt stigning siste 100 m mot mål.

PRAKTISKE OPPLYSNINGAR:

Frammøte: Ved ungdomshuset Aldaheim, ca 1,5 km syd for Olden sentrum.
Følg skilting for parkering.

Garderobe: I ungdomshuset. Det er ikkje dusjar i dette bygget.
Gi beskjed på førehand dersom ein ønskjer dusj.

Alder for gutar og jenter : Deltakarane i begge desse klassane må vere i alderen 11-16 år (fødselsår 2010-2015), men **samla alder skal ikkje overstige 67 år**.
Skriv deltakarane sin alder og fødselsår på påmeldinga.

Premiering: Det er sett opp vandrepokal som må vinnast 3 gongar. Elles vanleg premiering til beste 1/3. Individuelle medaljar til 3 beste lag i kvar klasse.

Startkontingent: Kr 500,- pr påmeldt lag. Kontingenten blir redusert med kr 100.- pr ekstra lag i kvar klasse. **Kontonummer 3770 20 32211.**

Billettar: Det blir ikkje teke inngangspengar. Laga får utdelt program i lag med startnummera.

Deltakarnamn: Ver vennleg og før opp namn og alder på deltakarane på påmeldingslista. Vi vil gjerne ha dei med i programmet. Dersom det blir endringar på lagoppstillinga, så gi beskjed i speaker-bua før start.

Påmelding: Denne kan sendast på E-post til:

geflaa@online.no

innan tysdag 14. april.

Ver snill å halde fristen slik at vi får laga og namna inn i programmet!

Hjerteleg velkomne til den 70. Oldestafetten 19. april!

Olden 24.03.26

For stafettnemnda, Olden idrettslag

Geir Flåten
Tlf: 90 70 50 26