



Postadresse: **Sarpsborg IL friidrett**
Boks 91, 1701 Sarpsborg
Org.nr. 975 470 296

<http://www.sarpsborgil.no/friidrett>

Bankkonto friidretten: 1090.07.54278

Kalnes Friidrettstadion,
Sandtangen 85, 1712 Grålum



KM Terrengløp 2026

Tidspunkt	Klasser (deltakere)
18.00	G11 (7) - G12 (7)
18.10	G13 (3) - G14 (5)
18.20	J11 (5) - J12 (5) - J13 (2) - J14 (3)
18.35	G15 (1) – G16 (1) – G17 (4) – J17 (1)
18.50	G18/19 (2) – J18/19 (3) – MS (4) – KS (1)

- KM terrengløp er et friidrettsarrangement, der friidrettens reglement for løp utenfor bane er gjeldende. Det er ikke tillatt med assistanse i løpet.
- For klassene fra 17 år og eldre gjelder World Athletics skoreglement for løp utenfor bane. Regelen sier: «Maksimal såleytykkelse er 40mm for løp utenfor bane».
- Det deles ut medaljer til de tre beste i hver klasse, uavhengig av hvilke klasser som løper i samme heat.
- Startnummer skal være synlig under hele løpet og bæres på overkroppen.
- Oppmøte ved start senest 10 minutter før løpsstart. Det er ingen avkrysning i arrangementet. Resultater legges ut på Sarpsborg ILs hjemmeside.