



Åpningsstevne med 1.dag av KM for Buskerud torsdag 10.mai 2018 kl.11:00

IF HELLAS ønsker velkommen til Nasjonalt Åpningsstevne med innlagt KM (første dag) for Buskerud på Marienlyst friidrettsbane i Drammen.

Startkontingent:

6/9 år (3 øvelser): kr. 100,- pr. deltaker
10 år (3 øvelser): kr. 100,- pr. deltaker
11 år og eldre: kr. 100,- pr. øvelse
Etteranmeldelser: kr. +50,- pr. øvelse

Påmelding:

Påmeldingsfrist: 5. mai 2018
Påmelding: Min Idrett (Online)
Startkontingent innbetales
til bankkonto IF Hellas: 1503.59.44750

Øvelsesprogram

Barn 6-9 år	Lengde	Liten ball	40m*)							
J/G 10 år	Lengde	Liten ball	60m							
J/G 11 år	J 60mh	G 60mh	60m				Høyde	Lengde	Kule	
J/G 12 år	J 60mh	G 60mh	60m				Høyde	Lengde	Kule	
J/G 13 år	J 60mh	G 60mh	60m	200m		1500m	Høyde	Lengde	Kule	1000mg
J/G 14 år	J 60mh	G 80mh	60m	200m		1500m	Høyde	Lengde	Kule	1000mg
J/G 15 år	J 80mh	G 100mh	100m	200m		1500m	Høyde	Lengde	Kule	2000mg
J/G 16 år	J 80mh	G 100mh	100m	200m		1500m	Høyde	Lengde	Kule	2000mg
J/G 17 år	J 100mh	G 110mh	100m	200m	400m	1500m	Høyde	Lengde	Kule	2000mg
J/G 18/19	J 100mh	G 110mh	100m	200m	400m	1500m	Høyde	Lengde	Kule	2000mg
K/M Sen.	J 100mh	G 110mh	100m	200m	400m	1500m	Høyde	Lengde	Kule	

mg = meter kappgang

Viktig informasjon:

- Tidsskjema legges ut torsdag 8.mai på www.ifhellas.no
- Info og spørsmål kan fås ved henvendelse til post@ifhellas.no
- *) Manuell tidtaking på 40m for barn 6-9 år. Elektronisk tidtaking av øvrige løp.
- I tekniske øvelser har barn 6/9 år 3 forsøk. Kl. 10 – 14 år 4 forsøk. Kl.15 år og eldre 3 forsøk + finale (+ 3 forsøk) for de 8 beste.
- I løpsøvelsene er kun mulig med etteranmeldinger dersom det er plass i heatene. Stevnedagen: Ingen etteranmeldinger i løp – men i tekniske øvelser senest kl.10.00.
- OBS: I løpsøvelsene er det avkryssing 1 t før start. Gjelder ikke 40m for barn 6-9 år!
- Premiering: KM medaljer og 1/3 premiering fra 11 år og eldre. Deltakerpremier til alle i kl. 6/9 år pluss de i kl.10/12 år som ikke får premie i øvelser.

**Gratis parkering ved Drammenshallen - garderober i Drammenshallen
Velkommen til Hellas Åpningsstevne på Marienlyst stadion!**

NB: 2.dag av KM arrangeres av Sandvin - lørdag 9.juni 2018