**Friidrettshelg i Grenland 3.- 4. juni 2017**





Herkules Friidrett og Urædd Friidrett ønsker deg velkommen til friidrettshelg i Grenland 3. – 4. juni. Lørdag er det Herkuleslekene i Herkules Idrettspark kl. 12.00, og på søndag fortsetter stevnet med Kjølneslekene på Kjølnes kl. 11.00.

Herkuleslekene lørdag Kjølneslekene søndag

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Jenter 8 – 9 år | 60m | Kule - lengde | |
| Jenter 10 – 12 år: | 60m – 200m – lengde | 60hk – 600m – høyde – kule  **- 4 x 60 m stafett** | |
| Jenter 13 – 14 år: | 60m – 200m – lengde - spyd | 60hk – 600m – høyde – stav – kule – diskos  **- 4 x 60 m stafett** | |
| Jenter 15 – 16 år: | 100m – 400m – 800m – 5000m – høyde – tresteg – kule - spyd | 80hk – 200m – 1500m – lengde – stav – diskos – slegge  **- 1000 m stafett** | |
| Jenter 17 – 19 år: | 100m – 400m – 800m – 5000m – høyde – tresteg – kule - spyd | 100hk – 200m – 1500m – lengde – stav – diskos – slegge  -  **1000 m stafett** | |
| Kvinner senior: | 100m – 400m – 800m – 5000m – høyde – tresteg – kule - spyd | 100hk – 200m – 1500m – lengde – stav – diskos – slegge  - **1000 m stafett** | |
| Gutter 8 – 9 år: | 60m | Kule - lengde | |
| Gutter 10 – 12 år: | 60m – 200m – høyde – kule | 60hk – 600m – lengde **4 x 60 m stafett** | |
| Gutter 13 år: | 60m – 200m – høyde – kule - spyd | 60hk – 600m – lengde – stav - diskos | **4 x 60 m stafett** |
| Gutter 14 år: | 60m – 200m – høyde – kule - spyd | 80hk – 600m – lengde – stav - diskos |
| Gutter 15 – 16 år | 100m – 400m – 800m – 5000m – lengde – kule - spyd | 100hk – 200m – 1500m – høyde – tresteg – stav – diskos – slegge  -  **1000 m stafett** | |
| Gutter 17 – 19 år: | 100m – 400m – 800m – 5000m – lengde – kule - spyd | 110hk – 200m – 1500m – høyde – tresteg – stav – diskos – slegge  -  **1000 m stafett** | |
| Menn senior: | 100m – 400m – 800m – 5000m – lengde – kule - spyd | 110hk – 200m – 1500m – høyde – tresteg – stav – diskos – slegge  -  **1000 m stafett** | |

**PÅMELDING**

Elektronisk påmelding via Min idrett.

**Påmeldingsfrist: 28. mai 2017**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Startkontingent:** | kr 100,- pr. øvelse |  |
| **Stafett:** | kr 275,- |  |

Startkontingenten faktureres den enkelte klubb etter stevnet.

**PRAKTISK INFORMASJON:**

Tidsskjema blir lagt ut på våre hjemmesider [www.herkulesfriidrett.no](http://www.herkulesfriidrett.no) og <http://friidrett.uraedd.no>

**Kontaktpersoner for stevne/øvelser:**

* Herkuleslekene: Rune Wiborg [rwib@online.no](mailto:rwib@online.no) tlf. 926 25 594
* Kjølneslekene: Lasse Eikeng [lasse.eikeng@statsbygg.no](mailto:lasse.eikeng@statsbygg.no) tlf. 481 86 544

Overnatting: Det er overnattingsmuligheter på Hotell fritidsparken. Tlf: 35 54 10 40. [www.skienfritidspark.no/Hotell](http://www.skienfritidspark.no/Hotell)

**Etteranmeldelser kan gjøres til:**

* Herkules/Kjølneslekene: Magnus Ludvigsen [mludno@gmail.com](mailto:mludno@gmail.com) tlf. 979 38 860

Dobbel startkontingent ved etteranmelding. Vi kan ikke garantere at alle etteranmeldte i løp får starte grunnet fulle felt.

 -

|  |
| --- |
| **Det koster :** kr 200,- pr.øvelse.  Vi kan ikke grntere at alle etteranmeldet i |
|  |
|  |

