BUL Tromsø Friidrett ønsker velkommen til

Tromsølekene og KM Troms 2026

Valhall stadion, Tromsø

Lørdag 30.mai kl. 12–17 Søndag 31.mai kl. 10–15

Foto: Johnni Håndstad

Idrett Uten Alkohol

QUALITY HOTEL™ SAGA

Ishavskraft

Informasjon om arrangementet:

Individuelle øvelser

Lørdag
FIFA: 60m – lengde – liten ball
J/G rekrutt (6–10 år): 60m – lengde – liten ball
J/G 11–12 år: 60m – 1500m (kun 12 år) – tresteg – høyde – spyd – slegge
J/G 13–14 år: 60m – 1500m – tresteg – høyde – spyd – slegge
J/G 15 år: 100m – 400m – 2000m – lengde – kule – spyd – slegge
J/G 16–19 år: 100m – 400m – 1500m – lengde – kule – spyd – slegge
K/M Senior: 100m – 400m – 1500m – lengde – kule – spyd – slegge
K/M Masters: 100m – 400m – 1500m – lengde – kule – spyd – slegge

Søndag
J/G rekrutt (6–10 år): 400m – kule – høyde
J/G 11–12 år: 200m – 600m – 60m hekk – lengde – stav – kule – diskos
J/G 13–14 år: 200m – 600m – 60/80m hekk – 200m hekk – lengde – stav – kule – diskos
J/G 15 år: 200m – 800m – 80/100m hekk – 300m hekk – tresteg – høyde – stav – diskos
J/G 16–19 år: 200m – 800m – 3000m – 80/100/110m hekk – 300/400m hekk – tresteg – høyde – stav – diskos
K/M Senior: 200m – 800m – 3000m – 100/110m hekk – 400m hekk – tresteg – høyde – stav – diskos
K/M Masters: 200m – 800m – 3000m – tresteg – høyde – diskos

Stafettøvelser

Lørdag
FIFA og rekrutter: 4x60m – uansett sammensetting.
11/12 år: 4x60m – minst én av hvert kjønn på hvert lag.
13/14 år: 4x100m – minst én av hvert kjønn på hvert lag.
Senior (15+): 4x100m (lørdag) – kjønnsdelte lag.

Søndag
Rekrutter: 4x200m – uansett sammensetting.
Senior (15+): 1000m – kjønnsdelte lag.

Teknisk gjennomføring

Konkurransereglement blir publisert på web og iSonen i god tid før arrangementet.

Startkontingent

FIFA: Gratis
Rekrutter (6–10 år): Kr 80,- pr øvelse
11 år eller eldre: Kr 130,- pr øvelse
Stafett: Kr 250,- per lag.
BUL sender samlet regning til utøvernes lag etter stevnet.

Lisens

For å delta på banearrangement må alle ha løst lisens, fra og med det året de fyller 13 år. Det er ikke mulig å melde seg på uten lisens. For mer informasjon og kjøp, se https://www.friidrett.no/lisens/

Påmelding

Påmeldingsfrist er **24. mai 2025**
Online påmelding på: **https://isonen.no/event/cmgwhqhew038uc201fvmo5u8s/**
Det er ønskelig at stafettpåmelding gjøres på iSonen av påmeldingsansvarlig. Lagoppstilling og stafettpåmeldinger kan også gjøres til sekretariatet på stadion inntil to timer før start.
Etterpåmelding aksepteres kun hvis det er ordinært påmeldte utøvere i øvelsen og i løp kun hvis det er ledig plass i heat. Det blir fakturert dobbel startkontingent for etterpåmelding.
I KM kan deltakere kun delta i den årsklassen de tilhører.

Masters (Veteraner)

Veteraner (35+) melder seg på i seniorklassen. Ved påmelding svarer de på spørsmål om veteranklasse. Deltakere blir etter hvert overført til riktig masters klasse. De som ikke svarer blir plassert i seniorklasse.

Premiering

Rekrutt og FIFA: En deltakermedalje til alle pr. dag, uansett antall øvelser.
11–12 år: En deltakermedalje til alle for hele helgen. I tillegg medalje til de tre beste i hver øvelse.
13 år og eldre: KM-Medalje til de tre beste i hver øvelse. Annen medalje for utøvere utenfor kretsen.
Det trekkes også premier blant de som har satt personlig rekord på stevnet.
Bestemannspremie til høyeste tyrvingpoeng for G13-19 år og for J13-19 år, oppnådd i løpet av helgen.

Kafé

Det blir kafé lørdag og søndag med salg av varm og kald drikke, frukt, kaker, vafler, pølse/m brød etc.
Betaling med VIPPS og bankterminal.

Garderobeforhold

Det er gode garderobeforhold med dusj og toalett på stadion.

Overnatting i Tromsø

BUL Tromsø Friidrett har gleden av å tilby gunstige priser på **Quality Hotel Saga**. Frist 13 mai.
Enkeltrom kr 1290, dobbeltrom kr 1490, trippelrom kr 1690, 4-manns rom kr 1890 pr natt.
Bestilling pr. E-post: roger.beck@strawberry.no
Oppgi Ref.: BK-01501 , ankomst og avreisedato, antall personer, navn og telefonnummer.
Det er holdt av et begrenset antall rom og det er første mann til mølla.
Alternativ overnatting ved Fløyahallen, ta kontakt via Booking

Kontakt / info

E–post: bultromsofriidrett@gmail.com
Stevneleder: Stig Fremnesvik (tlf. 91 56 38 83)
Hjemmeside: https://friidrett.bul-tromso.no/

Stevnet er godkjent som «World Rankings Competition 2026». Dette blir kretsmesterskap for Troms i 2026. Stevnet inngår også i Kretscupen 2026.