

Ungdomscupen 2019

A. Cupen er åpen for alle utøvere tilsluttet lag i Hedmark Friidrettskrets og Oppland Friidrettskrets. De som ikke er medlem av idrettslag kan delta for sin skole.

B. Klasser

Jenter og gutter 11 år, 12 år, 13 år, 14 år, 15 år, 16 år, 17 år, 18/19 år og senior (utøvere født i 2009 eller senere kan ikke delta i individuelle øvelser).

Funksjonshemmede: En klasse for jenter og en klasse for gutter 11 år og eldre.

I stafettene er det følgende klasser: Jenter og gutter 11/14 år, 15/16 år og senior (11-14 år kan delta i klassene 15-16 og 15-19 år kan delta i klasse senior, men ingen kan løpe på mer enn ett stafettlag)

C. Øvelser.

<p>1. stevne Hamar Idrettspark 5. mai</p>	<p>Jenter 11 – 13 år Jenter 14 år</p> <p>Jenter 15 – 19 år og KS Gutter 11 år – 13 år Gutter 14 år Gutter 15 - 19 år og MS Funksjonshemmede 11-14 år,15-16 år,17-19 år, Senior</p>	<p>60m, 600m, høyde, spyd 60m, 800m, spyd, høyde 100m, 300m, 800m, høyde, spyd 60m, 600m, tresteg, spyd 60m, 800m, spyd og tresteg 100m, 300m*, 800m, tresteg, spyd ,100m KM-stafett 4x100 (11-14, 15-16 og senior)</p>
<p>2. stevne Gausdal 12. mai</p>	<p>Jenter 11 - 13 år Jenter 15 – 16 år Jenter 17 år, 18/19 år og KS Gutter 11 år - 13 år Gutter 14 år Gutter 15 – 16 år Gutter 17 år, 18/19 år og MS Funksjonshemmede 11-14 år, 15-16 år 17-19 år og senior</p>	<p>60m HK, 200m, 1500m, lengde, kule 80 m hk, 200m, 1500m, lengde, kule 100m hk, 200m, 1500m, lengde, kule 60mHK, 200m, 1500m, lengde, kule, 80mHK, 200m, 1500m, lengde, kule 100m hk, 200m, 1500m, lengde, kule 110m hk, 200m, 1500m, lengde, kule 200m, kule KM-stafett 4x600 KM- stafett 4x400</p>
<p>3. stevne Stangehallen, Oktober</p>	<p>Jenter 11 - 14 år Jenter 15 - 19 år og KS Gutter 11 år - 14 år Gutter 15 - 19 år og MS Funksjonshemmede</p>	<p>60 m, 200 m, 600 m, tresteg, kule, 4 x 200 m stafett 60 m, 200 m, 600 m, tresteg, kule, 4 x 200 m stafett 60 m, 200 m, 600 m, høyde, kule, 4 x 200 m stafett 60 m, 200 m, 600 m, høyde, kule, 4 x 200 m stafett Lengde (satssone)</p>

D. Poeng

Tyrvingtabellen benyttes. Man samler poeng gjennom hele serien. For senior brukes IAAF sin tabell.

E. Premiering

Individuelt: Hver utøver samler poeng gjennom hele cupen (3 stevner), premieutdeling etter siste stevne. Det vil bli en andelsfordeling som bestemmer hvilken premiekategori man kommer i, der de med flest poeng kommer i kategori 4 og neste andel i kategori 3 osv.

Lagkonkurranse: Pokal til tre beste klubber. Klubbens totalt antall tyrvingpoeng legges sammen og deles på antall utøvere klubben har med i cupen. Stafettlag belønnes med 1.pl: 2000 poeng, 2.pl: 1500 poeng, 3.pl: 1000 poeng. Øvrige lag 500 poeng. Klubb må ha hatt med minst fem utøvere totalt for å kunne vinne pokal.



F. Startkontingent

Enkeltøvelser: Kr. 70,- pr. øvelse. Etteranmeldelser kr. 90,- pr. øvelse.
På stevnedagen godtas ikke etteranmelding i øvelser/klasser uten påmeldte. KM-stafetter: 150 pr. lag

H. Økonomi

50% av startkontingenten beholdes av arrangøren og 50% overføres HFIK (delfinansiering av premiering).
Startkontingent for utøvere som ikke møter til start tilfaller arrangøren.

G. Lisens

For utøvere fra og med 13 årsklassen må man ha helårslisens for å delta. Lisens kan du kjøpe på:
<https://www.friidrett.no/mosjon/lisens/>

