

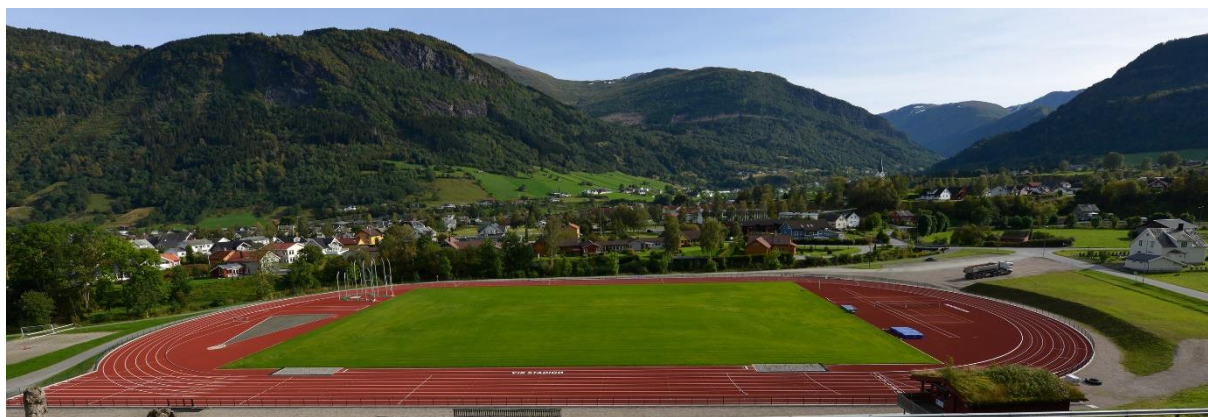
INNBYDING TIL KM OG KRINSLEIKAR

Vik Stadion søndag 22. august kl 10.30

Vi inviterer til **KM** i Sogn og Fjordane i alle aldersbestemte klassar frå 13 år, senior og veteran. For aldersgruppa 6-12 år vert det **Krinsleikar med deltakarpremiering**.



Blix hotell har spesialtilbod til deltakarane på KM. Bestill overnatting på telefon: 57 69 65 50 eller booking@blixhotell.no. Enkeltrom kr 950, Dobbelrom kr 1250, frukost inkludert. KM-tilbod på pizza eller taco for klubbar/deltakarar.



Klasse	Øving
G13 og G14	60m, 60m hekk (G13), 80 m hekk (G14), 200m, 600m, 1500m, høgde, lengde
J13 og J 14	60m, 60m hekk, 200m, 600m, 1500m, høgde, lengde
Gutar/jenter 13-14 år	4 x 60 meter stafett. Laga skal vere samansett slik: Samla alder ikkje over 55 år, frå klassane 13 og 14 år.
G15 og G16	100m, 100m hekk, 200 m, 800m, 2000m (15 år), 3000m (16 år), høgde, lengde
J15 og J16	100m, 80m hekk, 200m, 800m, 2000m (15 år) 3000m (16 år), høgde, lengde
G17 og G18	100m, 200m, 800m, 3000m, høgde, lengde, 110 m hekk
J17 og J18	100m, 200m, 800m, 3000m, høgde, lengde, 100 m hekk
Gutar/jenter 15-18 år	4x100 meter stafett. Laga skal vere samansett slik: Samla alder ikkje over 67 år, frå klassane 15, 16, 17 og 18 år.
Menn senior/veteran	100m, 200m, 800m, 3000m, høgde, lengde, 110 m hekk
Kvinner senior/veteran	100m, 200m, 800m, 3000m, høgde, lengde, 100 m hekk

Øvingar for 6-12 åringane på Krinsleikane er 60m, lengde, liten ball og 10 - 12 år: 600 meter. Deltakarpremie til alle.



KM i kastøvingar vert arrangert på Loggane (Sandane) 19. september.

Hekkesavstand i henhold til NFIF sitt øvingsutval.

Eventuelt opprykk i aldersklassar gjev ikkje KM-premiering.

Startkontigent KM og Krinsleikar betalast til konto:3800 30 29732

G/J 13-14 år: kr 80,- per start

G/J15-18 år / jr. / sen / vet: kr 100,- per start

Krinsleikar 6-12 år er kr 100,- pr. deltakar med fritt antall øvingar

Påmelding:

Webpåmelding innan 18. august via: <https://minidrett.nif.no/Event#365924-011> (utøvar enkeltvis) eller www.sportsadmin.no (klubbvis ved påmeldingsansvarleg)

Siste frist for påmelding onsdag 18. august, kl. 23.59.

Etterpåmelding mot dobbel startkontigent dersom praktisk mogleg.

Kontaktperson hjå arrangør:	Ragnhild Fjærestad / Asgeir Årdal
Tlf:	975 69 488 / 957 76 292
E-post:	rf@sogneprodukt.no / asgeir.ardal@friidrett.no

Spørsmål vedr. web. påmelding rettast til krinskontoret på 957 76 292.

Tidskjema vert lagt ut på www.sffik.no når det er klart.

Minner om at alle utøvarar over 13 år og eldre må ha løyst lisens for sesongen 2021.

Info finn ein på friidrett.no: <https://www.friidrett.no/lopinorge/lisens/>

Velkommen til fine friidrettsdagar i Vik!

Arr: SFFIK, saman med Vik IL.

Arrangementsponsarar:

