

VELKOMMEN TIL BDO-LEKENE 2024

Vi har gleden av å invitere jenter og gutter fra 10 år og eldre til BDO-lekene på Øverlands Minde i Stjørdal lørdag 1. juni og søndag 2. juni.

BDO-lekene arrangeres av Stjørdal Friidrettsklubb og er blant Midt-Norges største banestevner. Antallet deltakere varierer vanligvis mellom 200–300.

I samråd med Norges Friidrettsforbund Para arrangerer vi også øvelser for funksjons- og utviklingshemmede. Parafriidrett er en viktig del av NFIF, og vi ønsker at BDO-lekene skal bidra til friidrett for alle.

Vi ser frem til en helg fylt med sportslige prestasjoner, fellesskap og glede.

PÅMELDING

Påmelding til arrangementet skjer online via nettstedet isonen.no

I nødsfall kan påmelding også ordnes per e-post til Arild Aagesen

arild.aagesen@getmail.no eller på telefon: 480 18 167.

Påmeldingsfristen er satt til **27.05.2024**.

STARTKONTIGENT

Startkontingenten er kr. 80,- per øvelse for aldersgruppen 10–14 år og kr. 120,- per øvelse for deltakere fra 15 år og eldre. Betaling kan gjøres til kontonummer 4435.06.93014, Stjørdal Friidrettsklubb, Postboks 315, 7501 Stjørdal.

Vennligst merk betalingen med navn og klubb. For klubber som ikke har forhåndsbetalt, vil vi sende regning.

ETTERANMELDING

Forespørsel om etteranmelding sendes på e-post til Olaf Lydvo olaf.lydvo@gmail.com eller på telefon: 456 14 952. Etteranmelding er mulig hvis det er ledige plasser og mot et ekstra gebyr på kr. 100,- per enkeltstart.

KLASSEINNDELING

Rene årsklasser opp til og med 17 år.

Deretter U20 (18-19år), senior, inkl. U23 (20-22 år), samt veteranklasser.

Både funksjons- og utviklingshemmede deles inn i klassene MS og KS.

PREMIERING

Deltakerpremier til alle i klassene 10–12 år og klassene for funksjons- og utviklingshemmede. I øvrige klasser er det 1-3 premiering.

UTTREKKSPREMIER

Det vil bli trukket ut ekstrapremier hver dag til deltakere over 12 år.

INSPIRASJONSPRIS

Det vil bli trukket ut en inspirasjonspris på kr. 1.000,- fra Olav Vikvangs minnefond til en av deltakerne på stevnet.

INFO/TIDSSKJEMA

Oppdatert stevneinformasjon vil bli lagt ut på nettstedet www.sfik.no så snart den foreligger etter påmeldingsfristen.

ØVELSER

Klasser	Lørdag	Søndag
J10 år	600m, høyde, kule	60 meter, liten ball, lengde og stav
J11-12 år	60 meter hekk, 600 meter, høyde og kule	60 meter, lengde, stav, spyd og slegge
J13-14 år	60 meter hekk, 200 meter hekk, 600 meter, høyde og kule	60 meter, 1500 meter, lengde, stav, spyd og slegge
J15-17 år	200 meter, 800 meter, høyde og kule	100 meter, 1500 meter, lengde, stav, spyd og slegge
U20 (18-19 år)	200 meter, 800 meter, høyde og kule	100 meter, 1500 meter, lengde, stav, slegge og spyd
KS og U23 (20-22 år)	200 meter, 800 meter, 3000 meter, 200 meter hk, høyde, kule, diskos og spyd	100 meter, 400 meter, 1500 meter, 3000 meter hinder, lengde, stav og slegge
K. Veteran	200 meter, høyde, kule og tresteg	100 meter, 1500 meter, lengde og spyd
KS Funksjonsh.	200 meter, 800 meter og kule	100 meter, lengde og spyd
KS Funksjonsh. Racerunnere	60 meter og 800 meter	100 meter og 1500 meter
KS Utviklingsh.	Liten ball og kule	100 meter og lengde
G10 år	600 meter, liten ball, lengde og stav	60 meter, høyde og kule
G11-12 år	60 meter hekk, 600 meter, lengde, stav og spyd	60 meter, høyde, kule og slegge
G13-14 år	60 meter hekk (G13), 80 meter hekk (G14), 200 meter hekk, 600 meter, lengde, stav og spyd	60 meter, 1500 meter, høyde, kule og slegge
G15-17 år	200 meter, 800 meter, tresteg, stav, spyd og diskos	100 meter, 1500 meter, høyde, kule og slegge
U20 (18-19 år)	200 meter, 800 meter, tresteg, stav, spyd og diskos	100 meter, 1500 meter, høyde, kule og slegge
MS og U23 (20-22 år)	200 meter, 800 meter, 3000 meter, 200 meter hekk, tresteg, stav, spyd og diskos	100 meter, 400 meter, 1500 meter, 3000 meter hinder, lengde, høyde, kule og slegge

M. veteran	200 meter, tresteg, stav og spyd	100 meter, 1500 meter, høyde og kule
MS Funksjonsh.	200 m, 800 meter og kule	100 meter, lengde og spyd
MS Funksjonsh. - Racerunnere	60 meter og 800 meter	100 meter og 1500 meter
MS Utviklingsh.	Liten ball og kule	100 meter og lengde

NB! Slegge starter sannsynligvis kl. 10 på søndag. Se for øvrig tidsskjemaet som blir lagt ut på hjemmesida til klubben www.sfik.no etter påmeldingsfristen.

Det er etter vedtak i Friidrettskretsen vedtatt at følgende øvelser blir KM-øvelser:

J+G 15-16	J+G 17-19	MS	KS	M+k vet	Para/FH
Korthekk	Korthekk	Korthekk	Korthekk		
800m	800m	800m	800m		800m
Slegge	Slegge	Slegge	Slegge		

Med sportslig hilsen
Stjørdal Friidrettsklubb