

Invitasjon

Midt-Norsk Mesterskap i Friidrett 2017

Hommelvik IL Friidrett sammen med Norsk Friidrett Sør-Trøndelag ønsker hjertelig velkommen til åpent Midt-Norsk Mesterskap i Friidrett 2017 på Øya Stadion i Hommelvik 16. og 17. september.

Klasser

Midt-Norsk Mesterskap i Friidrett er for ungdomsklassene 15 til 19 år samt seniorklassen.

Øvelsesprogram

Lørdag	100m	400m	1500m	3000m	lengde	tresteg	høyde	kule	diskos	slegge
J-15	X			X	X			X		X
J-16	X			X	X			X		X
J-17	X	X	X		X			X		X
J-18/19	X	X	X		X			X		X
KS	X	X	X		X			X		X
G-15	X			X		X	X	X	X	
G-16	X			X		X	X	X	X	
G-17	X	X	X			X	X	X	X	
G-18/19	X	X	X			X	X	X	X	
MS	X	X	X			X	X	X	X	
Rullestol	X	X						X		

1000 m stafett for rene lag i hht. UM-reglementet og for senior. Gjennomføres lørdag ettermiddag.



Hommelvik IL
Friidrett

www.hommelvikfriidrett.no



Søndag	200m	300m Hekk	400m Hekk	800m	3000m	5000m	lengde	tresteg	høyde	spyd	slegge	diskos
J-15	X	X		X				X	X	X		X
J-16	X	X		X				X	X	X		X
J-17	X	X		X				X	X	X		X
J-18/19	X	X		X				X	X	X		X
KS	X		X	X	X			X	X	X		X
G-15	X	X		X			X			X	X	
G-16	X	X		X			X			X	X	
G-17	X		X	X			X			X	X	
G-18/19	X		X	X			X			X	X	
MS	X		X	X		X	X			X	X	
Rullestol	X			X						X		

1000 m stafett for mixlag og med mulighet for å la yngre deltakere løpe, samt løpere fra flere klubber. Uoffisiell øvelse. Ingen premiering.

Påmelding

Online påmelding via [Minldrett](#) til og med 8. september.

Startkontingent

Startkontingent **kr. 100,-** pr øvelse. Innbetales til konto **4218.07.50813** innen påmeldingsfristen. Betalt startkontingent er en forutsetning for å delta.

For øvrig gjelder regler for lisens fra Norsk Friidrett. Les mer [her](#).

Premiering

Medaljer i alle øvelser i Midt-Norsk mesterskap.



Hommelvik IL
Friidrett

www.hommelvikfriidrett.no



Overnatting

- Overnatting på Hommelvik Ungdomsskole. Selvhushold på skolens kjøkken. Ca. 100 m fra banen. [Vis i kart](#) **Pris: Ca 120,-** kr per pers per døgn for (prisen vil avhenge av hvor mange som overnatter) Lagvis påmelding til Katrine Skår innen 8.9.: katrineskaar@hotmail.com
- [Scandic Hell](#)
Se side 4 for mer info – Ca. 9 km fra banen [Vis i kart](#)
- [Stav Hotell](#)
Se side 5 for mer info – Ca. 8 km fra banen [Vis i kart](#)

Bespisning

- Lørdag 16/9 kl 18.00-21.00: Middag og foredrag på Cafe Rampa i Hommelvik. Buffet bestående av lasagne, kyllingrett, pastaretter, salater og foccacia. Drikke: vann. Dessert: is
Foredrag fra Sør-Trøndelag idrettskrets.
Pris: 200,- kr. Påmelding til Katrine Skår innen 8.9.: katrineskaar@hotmail.com
- Søndag 17/9: Middag på Cafe Rampa i Hommelvik umiddelbart etter stevneslutt. Hjemmelaget hamburger (160 g) med ovnsbakte poteter og salat. Drikke:vann.
Pris: 150,- kr. Påmelding til Katrine Skår innen 8.9.: katrineskaar@hotmail.com

Kiosk

Det er kiosk/café i klubbhuset på stadion.

Garderober

Garderober i idrettsbygg ca 100 m fra stadion og i Klubbhuset på stadion.

Kontaktpersoner

Bernt Petter Brandslet – berntpb@gmail.com – 959 61 254 (påmelding)

Esten Kvello – esten73@gmail.com – 481 42 380 (sekretariat)

Katrine Skår – katrineskaar@hotmail.com – 915 38 272 (overnatting og bespisning)

Toralv Spets – toralvsp@hotmail.com – 988 55 473 (stevneleder)



Hommelvik IL
Friidrett

www.hommelvikfriidrett.no





VELKOMMEN TIL ET ENERGISK OPPHOLD!

SCANDIC HELL 15-17 SEPTEMBER 2017

Når du velger Scandic Hell får du:

- Fylkets beste hotellfrokost og Hell av et kjøkken
- 375 hotellrom, hvorav 11 handicaprom
- Gratis trådløs internett på hele hotellet
- Et av landets mest sentrale sportshotell i umiddelbar nærhet til flyplass, jernbane og E6.
- Det er ti minutters kjøring til Hommelvik
- Gratis parkering
- God samvittighet – Scandic er bransjeledende på miljø.

Våre sportspriser

Enkeltromspris inkl. Nord-Trøndelags beste frokost (pr person)	585,- NOK
Dobbeltromspris inkl. Nord-Trøndelags beste frokost (pr person)	365,- NOK
Trippeltromspris inkl. Nord-Trøndelags beste frokost (pr person)	320,- NOK

Disse sportsprisene er oppgitt med forbehold om tilgjengelighet. Her lønner det seg å være først til mølla og bestille tidlig 😊

Bestillinger sendes samlet for hver klubb til undertegnede:

Med vennlig hilsen

Anita Rønne Helland
Scandic Hell
Email : anita.helland@scandichotels.com



Scandic



Hommelvik IL
Friidrett

www.hommelvikfriidrett.no





Stav Hotel

Vi har gleden av å tilbud dere følgende priser på overnatting ifm Midt-Norsk Mesterskap i Friidrett.

- Firemanns-rom - Kr. 1250,- inkl frokost
- Tre-manns-rom - Kr. 1000,- inkl frokost
- Tomanns-rom - Kr. 750,- inkl frokost
- Ett-manns-rom - Kr. 600,- inkl frokost

Matpakke til 65,-, dette smører vi til de som ønsker det.

Phillippa J.W.Sandø
Hotelsjef

e-post: ps@stavhotel.no

tlf: 73 98 04 55



Hommelvik IL
Friidrett

www.hommelvikfriidrett.no

