



# Urædd og Herkules Friidrett



## FM Vestfold og Telemark G/J 11 – 18/19 år

Urædd og Herkules friidrett inviterer til FM på  
Kjølnes Stadion 10.-11. September 2022 begge dager kl. 11.00

FM arrangeres som et felles stevne for utøvere fra Vestfold og Telemark, det premieres felles og kåres en felles fylkesmester i hver øvelse. Det arrangeres også øvelser for klassene 7-10 år, men disse er utenfor KM.

### Øvelsesutvalg

#### Lørdag:

#### Søndag:

|                       |                                                        |                                                       |
|-----------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Jenter 11-13 år:      | 200m - 60hk - høyde - tresteg - kule - diskos          | 60m - 600m - lengde - stav - slegge - spyd            |
| Jenter 14 år:         | 200m - 60hk - høyde - tresteg - kule - diskos          | 60m - 800m - lengde - stav - slegge - spyd            |
| Jenter 15-16 år:      | 200m - 1500m - 80hk - høyde - tresteg - kule - diskos  | 100m - 800m - 300hk - lengde - stav - slegge - spyd   |
| Jenter 17-18/19 år:   | 400m - 1500m - 100hk - høyde - tresteg - kule - diskos | 100m - 800m - 300hk - lengde - stav - slegge - spyd   |
| Gutter 11-13 år:      | 200m - 60hk - lengde - stav - diskos - spyd            | 60m - 600m - høyde - tresteg - kule - slegge          |
| Gutter 14 år:         | 200m - 80hk - lengde - stav - diskos - spyd            | 60m - 800m - høyde - tresteg - kule - slegge          |
| Gutter 15-16 år:      | 200m - 1500m - 100hk - lengde - stav - diskos - spyd   | 100m - 800m - 300hk - høyde - tresteg - kule - slegge |
| Gutter 17-18/19 år:   | 400m - 1500m - 110hk - lengde - stav - diskos - spyd   | 100m - 800m - 300hk - høyde - tresteg - kule - slegge |
| G/J 11-12 år:         | 4 x 60m stafett                                        |                                                       |
| G/J 13-14 og 15-19 år | 4 x 100m stafett                                       | 1000 m stafett                                        |
| 7-10 år (utenfor KM)  | 600 m                                                  | 60m - kule - lengde                                   |

### Elektronisk påmelding via Min idrett. Påmeldingsfrist: 2. September 2022.

Startkontingent: kr 125,- per øvelse og kr 300,- per lag for stafett.

Startkontingenten faktureres den enkelte klubb i etterkant.

Tidsskjema blir lagt ut på våre hjemmesider: [www.herkulesfriidrett.no](http://www.herkulesfriidrett.no) og <https://uraedd.no/forside/friidrett/>

Eventuelle etteranmeldinger kan gjøres via: [pamelding.uraeddfriidrett@yahoo.com](mailto:pamelding.uraeddfriidrett@yahoo.com)

Hvis plass i heat og kun øvelser hvor det er påmeldte fra før, starkontingent 250,- per øvelse.

Kontaktperson for stevnet/øvelser: Lasse Eikeng [lasse.eikeng@statsbygg.no](mailto:lasse.eikeng@statsbygg.no) tlf. 481 86 544  
Gunnar Olsen [post@herkulesfriidrett.no](mailto:post@herkulesfriidrett.no) tlf. 926 50 753

Opprop 10 min. før start på øvelsesstedet

Det blir premie til alle t.o.m. 12 år, og kretsmesterskapsmedaljer til de 3 beste i hver klasse i KM.