Oppdatert 08.05.2023

| **Dato** | **Arrangement** | **Arrangør** | **Sted** | **Kontaktperson/mobil/e-post** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **JANUAR** |  |  |  |
| 7.1. | 10k race, halvmaraton/helmaraton | MSM | Tromsø | MSM  Nils I. Hætta |
| 28.- 29.1. | NM/UM mangekamp.innend. |  | Bærum  Tjalve IK |  |
|  | **FEBRUAR** |  |  |  |
| 3.-5.2 | Tromsølekene | BUL Tromsø | Tromsøhallen |  |
| 11.-12.2 | Tyrving lekene innendørs | Tyrving |  | Jo Nesse |
| 18.-19.2. | NM innendørs og Nm uten tilløp |  | Bærum  Tjalve IK |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **MARS** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 30.3. | Treningsstevne | FIK Stein | Hammerfest | Ingvild Aase |
| [ingvild2508@gmail.com](mailto:ingvild2508@gmail.com)  Mobil:47173725 |
| 2.-4.3 | UM innendørs |  | Ulsteinvik |  |
|  | **APRIL** |  |  |  |
| 15.4 | VTF-lekene Winter Edition (friidrettstevne med alternative øvelser som kan gjennomføres utendørs) | Vadsø TF | Vadsø | Morten Fossmellem  Mobil: 477 57849  [Loffen1977@gmail.com](mailto:Loffen1977@gmail.com) |
| 25.4 | Sirma ILs løpskarusell 2023 | Sirma IL | Tanabru | sirmaidrettslag@hotmail.com |
|  |
| 25.4. | Mosjonskarusellen, løp 1 | Alta iF | Oppmøte v/Finnmarkshallen | Mats Håpnes / Rolf Rantala  Tlf: 95183343 / 91171555. |
|  | **MAI** |  |  |  |
| 8.5. | Sirma ILs løpskarusell 2023 | Sirma IL | Tanabru | sirmaidrettslag@hotmail.com |
| 9.5. | Sirma ILs løpskarusell 2023 | Sirma IL | Tanabru | sirmaidrettslag@hotmail.com |
| 9.5. | Mosjonskarusellen, løp 2 | Alta IF | Fra Komsa skole | Mats Håpnes / Rolf Rantala  Tlf: 95183343 / 91171555. |
|  |
| 9.5. | Tinestafetten | Landsbasis |  |  |
| 13.5. | Vårslippet 2023 | Sirma IL | Gateløp,  Kilometer: 1,5,- 4,3,-5,  -10. | sirmaidrettslag@hotmail.com |
| 13.5. | Holmenkollstafetten | Tjalve |  |  |
| 16.5. | 16.mai joggen 2023 | Tverrelvdalen IL | Tverrelvdalen, gateløp | Tverrelvdalen IL: 959 78545 |
| post@tverrelvdalenil.no  vannvitti@hotmail.com |
| 23.5 | Sirma ILs løpskarusell 2023 | Sirma IL | Tanabru | sirmaidrettslag@hotmail.com |
| 23.5. | Mosjonskarusellen, løp 3 | Alta IF | Oppmøte ved BUL-hallen | Mats Håpnes / Rolf Rantala  Tlf: 95183343 / 91171555 |
| 30.5. | Mosjonskarusellen, løp 4 Kraftlagets jubileumsløp (gratis) | Alta IF | Oppmøte v/Alta idrettspark | Mats Håpnes / Rolf Rantala  Tlf: 95183343 / 91171555 |
|  | **JUNI** |  |  |  |
| 3 og 4.6. | Åpningsstevnet | Alta IF | Alta Idrettspark | Mats Håpnes / Rolf Rantala  Tlf: 95183343 / 91171555 |
|  |
| 3.6. | Stallomarsjen | Kvalsund Artic Runners | Kvalsund | Christer Ringheim  Ringheimen@hotmail.com |
| 6.6 | Sirma ILs løpskarusell 2023 | Sirma IL | Tanabru | sirmaidrettslag@hotmail.com |
| 6.6. | OP-karusellen, løps og trimkarusell  Turløype Vaaranulus | U&IL Silfar | Ved klubbhuset i Børselv, kl.18.30. | Synnøve Utsi |
| silfar@hotmail.com |
| 7.6. | Hopp og kaststevne | IL Ilar | Nesseby stadion | Stein Østmo  Mobil: 452 15005  idrettslaget.ilar@gmail.com |
| 10.-11.6. | VTF-Lekene | Vadsø Turn | Vadsø |  |
| 9.-11.6 | Narvik- lekene | Narvik IL |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 11.6. | Minneløp | IL Nordlys | Gateløp,  kl. 11.30 | Jonas Gulsrud  jonas.gulsrud@gmail  [idrettslagetnordlys@gmail.com](mailto:idrettslagetnordlys@gmail.com) |
| 13.6. | Mosjonskarusellen, løp 5 | Alta IF | Oppmøte v/Sandfallet ungdomsskole | Mats Håpnes / Rolf Rantala  Tlf: 95183343 / 91171555 |
| 13.6. | OP-karusellen, løps og trimkarusell  Turløype Vaaranulus | U&IL Silfar | Ved klubbhuset i Børselv, kl.18.30. | Synnøve Utsi |
| silfar@hotmail.com |
| 16.-18.6 | Tyrvinglekene | IL Tyrving |  |  |
| 15.6. | Bislett Games | Bislett | Oslo |  |
| 17.-18.6. | Festspill-lekene | IK Hind | Harstad | Mette Stattin  mette@hind.no |
| 17.6. | MSM Marathon | MSM | Tromsø | Nils Hætta  nils@msm.no |
| 20.6. | Mosjonskarusellen, løp 6 | Alta IF | Oppmøte v/Komsa skole | Mats Håpnes / Rolf Rantala  Tlf: 95183343 / 91171555 |
|  |
| 20.6. | OP-karusellen, løps og trimkarusell  Turløype Vaaranulus | U&IL Silfar | Ved klubbhuset i Børselv, kl.18.30. | Synnøve Utsi |
| silfar@hotmail.com |
| 24-25.6. | Tromsø-lekene | Bul-Tromsø |  | lagskontoret@bul-tromso.no |
| 23.-25.6. | Veidekke-lekene | Lillehammer |  |  |
|  | **JULI** |  |  |  |
| 6.-8.7 | NM Hovedmesterskapet |  | Jessheim |  |
| 15.7. | Rástegáisái - Trimklasser og MOTBAKKELØP | Sirma IL | Tana, kl. 10.00 | sirmaidrettslag@hotmail.com |
|  | **AUGUST** |  |  |  |
| 1.8. | Mosjonskarusellen, løp 7 | Alta IF | Oppmøte v/Sandfallet ungdomsskole | Mats Håpnes / Rolf Rantala  Tlf: 95183343 / 91171555 |
| 5.8. | Sirma ILs løpskarusell 2023 | Sirma IL | Tanabru | sirmaidrettslag@hotmail.com |
| 5.8. | Alta Mila | Alta IF | Altaparken  Se hjemmeside og facebook for arrangementet. | Rolf Rantala M: 91171555 |
| rolf.rantala@gmail.com |
| 15.8 | Mosjonskarusellen 8.løp | Alta IF | Start v/Kaiskuru Nærmiljøsenter | Mats Håpnes / Rolf Rantala  Tlf: 95183343 / 91171555 |
| 16.8. | SÁMI MARATON 2023 | Sirma IL | Tanabru og omegn | sirmaidrettslag@hotmail.com |
| 19.8. | Halddemarsjen 2023 | Bossekopp IL |  | ski@bul-alta.no |
| 19.-20.8. | Fjordkraft Sortlandsmesterskapet 2023 | Sortland FIK | Sortland | sortlandfriidrett@outlook.com |
| 22.8. | Mosjonskarusellen, 9.løp | Alta IF | Start v/Alta museum | Mats Håpnes / Rolf Rantala  Tlf: 95183343 / 91171555 |
| 22.8. | OP-karusellen, løps og trimkarusell  Turløype Vaaranulus | U&IL Silfar | Ved klubbhuset i Børselv, kl.18.30. | Synnøve Utsi |
| 23.8. | Aldon Opp | IL ILAR | Meskelv | Stein Østmo  Mobil: 452 15005  idrettslaget.ilar@gmail.com |
| 25.-27.8. | **NM junior U20/U23** | Sandnes | Sandnes |  |
| 26.-27.8. | KM | FFIK | Lakselv |  |
| 26.8. | Arctic Alta Ultramaraton | Tverrelvdalen IL |  | Tverrelvdalen IL: 959 78545 |
| post@tverrelvdalenil.no  vannvitti@hotmail.com |
| 27.8.? | Melkesyra | Sandnes IL | Sandnes IL Idrettshus, kl.11.00 | Trude Mentyjærvi:  Mobil: 971 57947 |
| E-post: [post@sandnesil.no](mailto:post@sandnesil.no) |
| 28.8. | Sirma ILs løpskarusell 2023 | Sirma IL | Tanabru | sirmaidrettslag@hotmail.com |
| 29.8. | OP-karusellen, løps og trimkarusell  Turløype Vaaranulus | U&IL Silfar | Ved klubbhuset i Børselv, kl.18.30. | Synnøve Utsi |
| 29.8. | 5000m challenge | Alta IF | Alta Idrettspark | silfar@hotmail.com |
| 30.08. | Hopp og kaststevne | IL Ilar | Nesseby stadion | Stein Østmo  Mobil: 452 15005  idrettslaget.ilar@gmail.com |
|  |
|  | **SEPTEMBER** |  |  |  |
| 2.-3.9. | **Lerøy-Lekene** |  | Trondheim |  |
| 5.9. | Mosjonskarusellen, løp 10 | Alta IF | Alta Idrettspark | Mats Håpnes / Rolf Rantala  Tlf: 95183343 / 91171555 |
| 8.-10.9 | Gjensidige Ungdomsmesterskapet | Fana/Bergen |  |  |
|  | **OKTOBER** |  |  |  |
|  | **NOVEMBER** |  |  |  |
| 4.11. | Barfrostløpet 2023 | Sirma IL | Tana | Sirmaidrettslag@hotmail.com |
| ? | Høstsamling | FFIK |  | Vidar Nilsen M: 915 75649 |
|  | **DESEMBER** |  |  |  |
| 29.12. | Romjulsstevnet-Hopp | IL Ilar |  | Stein Østmo  Mobil: 452 15005  idrettslaget.ilar@gmail.com |
|  |