



Sparebanken
Møre



Møre **Fjell-** og **motbakke-**cup 2026

Junior og senior



Møre Fjell- og motbakke-cup 2026

DATO	Navn	Sted/ Klubb	Region	Type	Lengde/hm
30.mai	Molde 7 Topper 13-14år	Molde/ MOI	Romsdal	Fjell	10 km / 700 hm
	Molde 7 Topper 15-19år og senior				19,5 km / 1400 hm
18.jul	Mefjellet Opp	Valldal	Sunnmøre	Motbakke	7 km / 1100 hm
5.sep	Melshornløpet	Ørsta IL	Sunnmøre	Motbakke	6,95 km / 803 hm
12.sep	Torvikbukt 6 Topper 13-14år	Torvikbukt IL	Nordmøre	Fjell	8,7 km / 630 hm
	Torvikbukt 6 Topper 15-19 år				13,5 km / 1050 hm
	Torvikbukt 6 Topper senior				23 km / 2000 hm
27.sep	Storehornet 497	Godøya IL	Romsdal	Motbakke	3,8 km / 406 hm
10. okt	Nesaksla Opp	Åndalsnes IF	Romsdal	Motbakke	2 km / 690 hm

Klasseinndeling:

Klasse 1: Jenter/Gutter 13 - 14 år (Maks lengde 10 km)

Klasse 2: Jenter/Gutter 15 - 17 år

Klasse 3: Menn/Kvinner 18 - 19 år

Klasse 4: Menn/kvinner senior

For å få poeng, må man delta på den tilrettelagte løypa.

Dette gjelder fjell-løpene Molde 7 Topper og Torvikbukt 6 Topper.

Antall løp:

Det er 6 løp totalt i cupen. De 4 beste løpene teller i sammendraget, og du må delta i minst 3 løp for å være kvalifisert.

Premiering:

Det vil være pengepremier i alle klassene.

13-19 år: kr 4 000 for 1. plass, kr 2 500 for 2. plass og kr 1 500 for 3. plass.

Senior: Kr 4000 for 1. plass og kr 2000 for 2. plass.

Premieringen er sponset av Sparebanken Møre.

Sammendraget vil avgjøres med følgende poengsystem:

Kontaktpersoner i kretsen er:

Kretskontoret – mrfriidrett@friidrett.no - 909 26 225

Dag Unhjem – 909 27 870

Facebook: @fjellmotbakkecup

Nettside: friidrett.no/k/more-og-romsdal/

plass	poeng	plass	poeng	plass	poeng
1.	100	11.	40	21.	16
2.	90	12.	35	22.	14
3.	80	13.	32	23.	12
4.	75	14.	30	24.	10
5.	70	15.	28	25.	8
6.	65	16.	26	26.	6
7.	60	17.	24	27.	4
8.	55	18.	22	28.	3
9.	50	19.	20	29.	2
10.	45	20.	18	30.	1