

Terminliste 2016 Norsk friidrett Nord-Trøndelag à jour pr. 22.08.2016			
Tidspunkt	Stevnenavn	Klasser og øvelser	Arrangør/Sted
26.- 28.02.2016	UM Innendørs		Steinkjer alliansen/Steinkjerhallen
05.- 06.03.2016	NM innendørs + NM hopp u/tilløp	Senior og junior	Bærum
11.03.2016 Kl. 1800	Friidrettens dag Stjørdal Sted: Fosslia fjellhall	Friidrettens Dag er en dag hvor friidretten presenteres med bruk av fargerikt utstyr og kreative løsninger.	 Stjørdal friidrettsklubb postboks 315 7501 Stjørdal 456 14 952 www.sfik.no olaf.lydvo@ktv.no
03.04.2016 Kl. 1200	Frostatingløpet 2016 Tinghaugen, Frosta Påm.frist: 1time før start Starter/dommer: Hermann Storflor	Alle mosjonsklasser fra 12år – løypelengde 8km	Frosta il Kontakt: Magne Vårvik Tlf: 900 69 356 Startkont: Konk.klasse kr 100,- Mosjonsklasse kr 75,- Ungdom kr 75,- Familie kr 200,-
08.04.2016 Kl. 1830	NTE Namsosstafetten Sted: Namsos sentrum Påm.frist: 06.04.2016 Starter: Nils Jørgensen Dommer: Lise Solstad	 til stede Åpning av NTEs stafettserie 2016 Mix 8-10 år J/G 11-12, 13-14, 15-17, senior og veteran Namsosstafetten ble fra i fjor en sentrums- gatestafett.	 Namsen friidrettsforening v/Stein Landsem Postboks 250 7801 Namsos Tlf: 97 57 19 49 stein.landsem@ntfk.no Hjemmeside: http://idrett.speaker.no/Organisation.asp?id=27037
09.- 10.04.2016	NM – terrengløp korte distanser + stafett.		Stavanger
15.04.2016 Kl. 1830	NTE Beitstadstafetten Sted: Beitstad skole Påm.frist: 13.04.2016 Starter: Jan A. Foosnæs Dommer: Tone Merete Moan	 til stede 2.omgang i NTEs Stafettserie Mix 8-10 år J/G 11-12, 13-14, 15-17, senior og veteran	Beitstad IL, friidrett v/Randi Bartnes 7730 BEITSTAD Tlf. 951 55 537 E-post: rhbartne@online.no
20.04.2016 kl. 18.00	 1.løp Starter: Ole T. Krogstad Dommer: Ola Lerfald	Gate/vei Menn og kvinner: 3,2 km kortkarusell 0,8 km	IL Nybrott/Stjørdal FIK V/Nybrottskarusellen Boks 72, 7501 Stjørdal Kontakt tlf: 45 61 49 52 www.nybrott.info

23.04.2016 KI 1400	 KM Terrengløp korte løyper. Påmeldingsfrist: 21.04.2016 Starter: Jan M. Troseth Dommere: Anne Engen Andersen, Anders Røflo, Per A. Bjøru.	KM alle klasser fra 13 år til og med veteran. Kretsterrengløp for klassene 6 – 12år. Jenter og gutter 6 – 9 år ca 350 m Jenter og gutter 10 - 12 år ca 700 m Jenter og gutter 13 - 14 år ca 700 m Jenter og gutter 15 - 18 år ca 1500 m Junior, senior og veteran kvinner ca 1500 m Menn senior ca 3000 m Menn junior og veteran ca 1500 m	 il Dalebrand friidrett v/Kjell Olav Storflor kolstor@online.no 95 25 22 77
27.04.2016 kl. 18.00	Vårspretten 1 Øverlands Minde Påm.frist: 1 time før start: Starter: Maj Britt Juul Dommer: Arne Bremseth	Bane/terrengløp J/G under 6 år ballongløp og leikbetonte øvelser J/G 6 – 12 år ca. 240 m	 Stjørdal friidrettsklubb postboks 315 7501 Stjørdal 456 14 952 www.sfik.no olaf.lydvo@ktv.no
28.04.2016 KI 1800	Terrengløp Sted: Ørin friområde Påmeldingsfrist: 26.04.2016 Online påmelding. Starter: Jan M. Troseth Dommere: Anne Engen Andersen, Anders Røflo, Per A. Bjøru.	Klasser og løypelender Jenter/gutter 6-10 år (m/fartsholder) 450 m Jenter/gutter 11-12 år 450 m Jenter/gutter 13-16 år 850 m Gutter /jenter 17 år 1600 m Menn/kvinner jr. 18/19 år 1600 m Kvinner sr/veteran-menn veteran o.60 år 1600 m Menn sr/veteran u. 60 år 1600 m NYTT I ÅR: AKTIVITETSPARK med sprinthindreløype, skumspydkast, hekkeløp mm	Verdal friidrettsklubb v/ Steinar Bergsmo Påmelding konk.klasser sendes: Bstei357@online.no
30.04.2016 kl. 14.00	NTE Ogndalstafetten Sted: Ogndal skole og Røysing stadion Påm.frist: 27.04.2016 Starter: Petter Spolèn Dommer: John Ellingen	 3.omgang i NTEs Stafettserie Mix 8-10 år J/G 11-12, 13-14, 15-17, senior og veteran	 Ogndal IL Friidrett v/Normann Ryan Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer tlf. 93 202 223 norm@t-a.no
02.05.2016 KI 1930	Vårkarusell Svenningmoen. Påm. frist: kl 1900	Klasser/øvelser Jr 15-22år, 23-34 år, 35-49 år og kl. 50 år og eldre.	 Overhalla Idrettslag

	Starter: Stein Sagvik Dommer: Sverre homstad	Samme klasseinndeling både for damer og herrer. 3000m	v/ Sverre Homstad 91376663 sverre.homstad@felleskjopet.no
04.05.2016 kl 1830	NTE Stjørdalsstafettene Sted: Øverland Minde, Stjørdal Påm.frist: 02.05.2016 Starter: Thomas Schiefloe Dommere: Arne Brunnes, Inger Vikan Sveen, Jens Holte, Eli Rye Saur, Sidsel Schønberg, Per Meland, Roald Sagerup.	 4.omgang i NTEs Stafettserie Mix 8 – 10år J/G 11-12, 13-14, 15–17 Senior og veteran	il Stjørdals Blink Friidrett v/Bjørn Ivar Hagen hage@ntebb.no Tlf: 92 42 17 52 Kontonr: 4465.24.07800
05.05.2016 kl. 18.00	Klubbmesterskap del 1/ Seriestevne i hopp og kast Sted: Tønsåsen idrettspark Påm.frist: ½ t før start Dommere: Odd A. Rolseth, Are Breimo, Gunnar Weiseth, Roald Sagerup, Per M. Sætherø.	Alle klasser 10år o.e. Høyde og lengde u/tilløp Høyde, stav, diskos, slegge.	Lånke il Ivar.nilssen@ntebb.no 74 80 63 71 / 92 85 22 41
07.05.2016 kl. 1100	Terråkmila Start/mål: Terråk skole Påm.frist: fra kl 1000 Starter/dommer: Steinar Gjeth.	Landeveisløp (grusede terrengløyper) junior, senior, veteran og trim/mosjon. Distanser: 9,5km	Terråk IL Friidrett Rønnaug Helstad 7980 Terråk ro-helst@online.no Tlf: 90870559
07.05.2016	HOLMENKOLLSTAFETTEN		Oslo
08.05.2016	MIL-mila Sted: Malm stadion i Verran kommune. Påm.frist: 06.05.2016 Starter/dommer: Gunnar Aftret	Alle klasser: 10km gateløp.	Malm il v/Kennet Myhre kenneth@malmil.no
09.05.2016 kl. 18.00	Vårspretten 2 Sted: Øverlands Minde Påmelding ved 1. løpet Starter: Steinar Lundemo Dommer: Jon Einar Kvaal	J/G under 6 år leikbetont 60 m med en voksen J/G 6 – 12 år 60 m	 Stjørdal friidrettsklubb postboks 315 7501 Stjørdal 456 14 952 / 900 91 199 www.sfik.no olaf.lydvo@ktv.no Startkont. Kr 100,- for 2 løp betales ved 1. løpet
10.05.2016 kl. 11.30	 TINESTAFETTEN www.tinestafetten.no Stjørdal Sted: Øverlands Minde Starter: Olaf Lydvo Dommere: Ivar Nilssen, Sidsel Schønberg, Per Meland, Roald Sagerup, Eli Rye Saur, Gunleiv Krogstad, Atle Jørstad.		Info finner dere på denne linken: iL Nybrott Kontakt: Guri Øfsti Kvalheim www.tinestafetten.no velg arr.sted: Øverlands Minde

KI 1100 KI 1100 KI 1100 KI 1100	Kolvereid Sted: Sentral idrettsanlegget Starter: Bente Holm Dommere: Ole Hammer, Arne Kiil, Arne Bakken Berg, Ståle Husby. Overhalle Sted: Svenningmoen stadion Starter: Eskild Skarland Dommere: Johannes Melhus, Arnt O. Bruun, Jo Terje Sagmo. Levanger Sted: Moan Idrettspark Starter: Viktoria Singh Dommere: Ole Lutdal, Arne Haug, Per Steinar Norum. Steinkjer Sted: Guldbergaune idrettspark Starter: Trond Gystad Dommere: Ingvar Sandsund, Gunnar Aftret, Normann Ryan jr.		Kolvereid I.L Kontakt: Ståle Husby Staahus@gmail.com Tlf: 90792826 www.tinestafetten.no velg arr.sted: Kolvereid Overhalla I.L Kontakt: Øystein Homstad www.tinestafetten.no velg arr. sted: Svenningmoen Frol il/ Verdal v.g.s Kontakt: v/ Rolf Eriksson www.tinestafetten.no velg arr.sted: Moan Steinkjer FIK v/ Trond Hermanstad tlf: 99468032 www.tinestafetten.no velg arr.sted: Guldbergaunet
12.05.2016 kl. 18.00	Trøndersk Åpningsstevne 2016 Sted: Guldbergaune idrettspark Påm.frist: 10.05.2016 Startere: Hans Foosnæs, Jan A. Foosnæs Dommere: Joralf Gran, Gunnar Sørslett, Einar Ånonli, Stig Tronstad, Gøril Mona, Trude Beate Paras, John Ellingen.	Klasser: 10år - senior Jenter 10-14 år: 60m, 600m, høyde, spyd Jenter 15-19 år: 100m, 800m, høyde, spyd Kvinner jr./sen.: 100m, 400m, 800m, 3000m, høyde, spyd Gutter 10-14 år: 60m, 600m, lengde, kule Gutter 15-19 år: 100m, 800m, lengde, kule Menn jr./sen.: 100m, 400m, 800m, 3000m, lengde, kule	 Steinkjer Friidrettsklubb v/ Trond Hermanstad tlf: 99468032 trond@steinkjervarme.no postboks 57 7701 Steinkjer konto 4410.37.36088 www.steinkjerfik.no
18.05.2016 KI 1700	Terrengløpskarusell Byafossen.  Toppaugen Byafossen Påmelding fra kl 16.30 Starter/dommer: Petter Spolèn	G/J 6 – 12år Løyper fra 300m -600m.	Byafossen il v/ Mona Elli 95 28 83 28 Mona.Elli@steinkjer.kommune.no
18.05.2016 kl. 18.00	Stjørdal friidrettskarusell Sted: Flormøra Påm.frist: 1 time før start Starter: Steinar Lundemo Dommere: Johan Solem, Gunnar Lurfald, Per M. Sæterø, Leif Gylland.	Alle klasser fra 6år og eldre 40m, 60m, 600m, 800m, høyde, kule, tresteg	Flora IL v/ Oddbjørn Horten tlf: 98 63 28 86

19.05.2016 KI 1800	 2.løp Starter: Nils Olaf Kyllø Dommer: Arne Brunnes	Menn og kvinner: 5km, Kortkarusell 2,1km	IL Nybrott/Stjørdal FIK V/Nybrottskarusellen Boks 72, 7501 Stjørdal Tlf. 456 14 952 www.nybrott.info
19.05.2016 kl 1000	Finaler Tine-stafetten 2016 Og stor friidrettsdag for elever og lærere. Sted: Guldbergaune idrettspark Starter: Trond Gystad Dommere: Ingvar Sandsund, Sigrid Skogan, Hans Foosnæs, Arvid Valøen, Gunnar Aftret.	Innføring i følgende øvelser: • Stav • Hekk • 3-steg • Slengball • Sprint • Lengde • Høyde • Kule	NfNT/Steinkjer fik/Steinkjer vgs. Kontaktperson: Geir Nordtømme geir.nordtomme@friidrett.no 74 100 118 – 95 870 947 
21.05.2016 kl 1500	Namsosløpet Sted: Namsos sentrum Påm.frist: 26.05.2016 Starter: Nils Jørgensen Dommer: Johannes Leirbekk	Konk. og mosjonsklasser gate/landeveg. 1 km, 4km, 8 km. Senior, veteran og mosjon	 Namsen friidrettsforening Postboks 250 7801 Namsos v/Kenneth Andersen tlf: 958 00 187 kenneth.andersen1@ntebb.no Hjemmeside: http://idrett.speaker.no/Organisation.asp?id=27037
21.- 22.05.2016	NM stafetter		Trondheim
22.05.2016 KI 1200	 Jøa friidrettsleker Sted: Jøa Stadion Påm.frist: 19.05.2016 Starter: Arnfinn Leirbekk, Kenneth Andersen Dommere: Johannes Leirbekk, Øystein Homstad, Siv Åse Strømhylden, Lorents A. Langås, Elin Grongstad.	G/J 8 – 9år 60m, liten ball og lengde G/J 10-12år: 60m, 600m, lengde, kule G/J 13år: 100m, 600m, lengde, kule G/J 14-15år: 100m, 800m, lengde, kule G/J 16-19år: 100m, 1600m, lengde, kule Funksjons- og bevegelseshemmede: Tilrettelagte øvelser ihht aldersklassens øvelsesutvalg.	Jøa il v/Torgeir Strøm tlf: 41 56 25 31 torgeir.strom@fosnes.kommune.no
24.05.2016 kl 1800	Motbakkeløp Forbordsfjellet opp Start: Ved Skatval Kirke, 100 moh Mål: Toppen av Forbordsfjellet, 590 moh Løypelengde: 4,8 km, grusvei Påmelding: - Online påmelding link kommer - Påmeldingsfrist 23 mai, kl 2000 - Etteranmelding for	Klasseinndeling: - Jenter / Gutter 13-14 (kr 150) - Jenter / Gutter 15-17 (kr 150) - Jenter / Gutter 18-20 (kr 150) - Damer / Herrer 21-39 (kr 250) - Damer / Herrer 40-59 (kr 250) - Damer / Herrer 60 og eldre (kr 250)	Il Fram v/ Bodil Myhr bodil.myhr@frisknett.no 93 260 002 Påmelding: http://mosjon.friidrett.no/participant/arrangement.aspx?id=93414 Obligatorisk engangslisens til Norges Friidrettsforbund på kr 30,- kommer i tillegg for alle som er 13 år og eldre. Har du betalt helårslisens for 2016 gjelder

	konkurransklassene på løpsdagen fram til kl 1800. - For alle konkurranseklasser påløper det et pristillegg på kr 100,- ved etteranmelding. - For trim 13 år og eldre påløper det et pristillegg på kr 50,- ved etteranmelding. - Det er ikke noe pristillegg ved etteranmelding for trim barn under 13 år. - Siste frist for henting av startnumre for forhåndspåmeldte er kl 1830 på løpsdagen. Starter/Dommer: Olaf Lydvo	- Trim barn under 13 år (kr 100) (ingen tidtaking) - Trim 13 år og eldre (kr 150) (ingen tidtaking)	denne. Lisenshåndteringen håndteres automatisk ved påmelding.
24.05.2016 Kl 1700	Terrengløpskarusell Byafossen.  Toppaugen Byafossen Påmelding ved start. Starter/dommer: Viktoria Singh	G/J 6 – 12år Løyper fra 300m -600m.	Byafossen il v/ Mona Elli 95 28 83 28 Mona.Elli@steinkjer.kommune.no
24.05.2016 Kl 1800	Klubbmestersk del 2 /seriestevne Sted: Tønsåsen, Lånke Påm.frist: kl 1730 Dommer: Håvard Størseth, Stig Lien, Ottar Kvaal, Per Velve, Roald Sagerup.	Alle klasser: Spyd, liten ball og stav. I tillegg: Vektkast for klassene 12år – veteran.	Lånke IL, friidr. v/ Ivar Nilssen Ivar.nilssen@ntebb.no Gevinglia 6, 7517 Hell
25.05.2016 kl 1830	Ogndal hopp og kast. Guldbergaunet idrettspark Påm.frist: Ved start. Dommer: Per Stølan	Alle klasser Kule, høyde og slegge.	 Ogndal IL Friidrett v/Normann Ryan Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer tlf. 93 202 223 norm@t-a.no
27.05.2016 kl. 19.00	NTE Mosvikstafetten Sted: Sentralidrettsanlegget Påm.frist: 25.05.2016 Starter: Joralf Gran Dommer: Gunnar Sørslett	 5.omgang i NTEs Stafettserie Mix 8-10 år J/G 11-12, 13-14, 15-17, senior og veteran	Mosvik IL v/Leif Arne Sagmo 7690 Mosvik Tlf. (P) 74 06 48 53 leif.arne.sagmo@mosvik.net Startkontingent: 8år – 12år kr 120,- 13år – 17år kr 150,- Senior og veteran: kr 200,- Konto: 4471.42.08699
28. – 29.05.2016	NM mangekamp		
28.05.2016 kl 1200	BDO-lekene 1. dag. Sted: Øverlands Minde Påm.frist: 25.05.2016	J10år: 600m, høyde, kule J11-12år: 60m hk, 600m, høyde, kule. J13-14år: 200m hk, 600m, høyde, kule.	 Stjørdal friidrettsklubb

	Startere: Thomas Scheiefloe, Maj-Britt Juul. Dommere: Johan Solem, Ola Lerfald, Ivar Nilssen, Kjell Olav Storflor, Ivar Stokkan, Olav J. Moen, Inger Gylland, Odd I. Lindland, Rita Govassmark, Magnar Forbord, Bård Schønberg, Bjørn Berg, Bjørn Ivar Hage, Ole Christensen, Mette Bakken Eggen, Gunnbjørg Ekren.	J15-17, U20, KS: 200m, 800m, høyde, kule + 200m hk kvinner sr.. Kv. Vet: 200m, høyde, kule. G10år: 60m, liten ball, lengde, stav. G11-12år: 60m, lengde, stav, spyd. G13-14år: 60m, 1500m, lengde, stav, spyd. G15-17år: 100, tresteg, stav, spyd. G U20: 100m, 400m, tresteg, stav, spyd. MS: 100m, 400m, 1500m, tresteg, stav, spyd. M. vet: 100m, tresteg, stav, spyd. Funksjonshemmede: Øvelser i hht klasser og øvelsesutvalg.	postboks 315 7501 Stjørdal 456 14 952 www.sfik.no olaf.lydvo@ktv.no Bank: 4435.06.93065
29.05.2016 kl. 12.00	BDO-lekene 2. dag Sted: Øverlands Minde Påm.frist: 25.05.2016 Starter: Jan Petter Bjørnevik, Kjetil Ruud. Dommere: Johan Solem, Ola Lerfald, Ivar Nilssen, Kjell Olav Storflor, Ivar Stokkan, Olav J. Moen, Inger Gylland, Ivar Morten Hansen, Odd I. Lindland, Magnar Forbord, Bård Schønberg, Bjørn Berg, Bjørn Ivar Hage, Randi Kvello, Roar Hoff.	MRK: Slegge fra kl 1000 J10år: 60m, liten ball, lengde, stav. J11-12år: 60m, lengde, stav, spyd, slegge. J13-14år: 60m, 1500m, lengde, stav, spyd, slegge. J15-17, U 20år: 100, tresteg, stav, spyd, slegge. KS: 100m, 400m, 1500m, tresteg, spyd, slegge. K. vet: 100m, tresteg, spyd, slegge. G10år: 600m, høyde, kule G11-12år: 60m hk, 600m, høyde, kule, slegge. G13-14år: 200m hk, 600m, høyde, kule, slegge. G15-17, U20: 200m, 800m, høyde, kule, slegge. MS: 200m, 200m hk, 800m, 5000m høyde, kule, slegge. M. vet: 200m, høyde, kule, slegge. Funksjonshemmede: Øvelser i hht klasser og øvelsesutvalg.	 Stjørdal friidrettsklubb postboks 315 7501 Stjørdal 456 14 952 www.sfik.no olaf.lydvo@ktv.no Bank: 4435.06.93065
29.05 2016 Fra kl. 1030	KM Halvmaraton (jr. sr. og veteran-klasser)  Saldiltén Sørenget skole Påmelding og frister: 19.mai på epost.	Konkurransesklasser: 12-13år kun kort løype. 14-15år kun kort løype 16 – 17år, 18 – 19år, 20 – 22år, 23 – 39år, 40 – 44år Deretter 5år-klasser. 2 trimklasser kort løype. Ingen trimklasse halvmaraton.	Botnan IL, Vemundvik IL v/ Oddbjørn Riset o-riseth@online.no Bank: 4400.06.09347 www.n3sport.no/ski/Botnan

	Løpsdagen fram til kl 1100 mot et tillegg på kr 20,- Dommer: Jon M. Heir		
29.05.2016 kl. 11.00	Nøtteløpet I år også med “Knøtte-Nøtte” for de under 7 år Sted: Møssingdalen, Åsen i Levanger kommune Påm.frist: innen 28. mai eller på løpskontoret løpsdagen. Starter/dommer: Jostein Moksnes	Klasser og øvelser: Mosjon, J/G 7 til 18 år Inndeles i klasser avh. av antall påmeldte.	IL Aasguten aasgutenfriidrett@hotmail.no Tlf: 48 13 40 60 www.aasguten.com På løpsdagen: <u>Påmelding Knøtte-Nøtte fra 10:00</u> Starkont: 40,-/20,- (søsken) Fellesstart kl. 11:00 <u>Påmelding Nøtte-løpet fra 11:00</u> Starkont: 80,-/40,- (søsken) Fellesstart i klasser fra kl. 12:00 <i>Fine premier til alle som deltar, samt trekning av pengepremier.</i> Konto: 4484 20 10710
31.05.2016 Kl 1700	Terrengløpskarusell Byafossen.  Topphaugen Byafossen Starter/dommer: Victoria Singh	G/J 6 – 12år Løyper fra 300m -600m.	Byafossen il v/ Mona Elli 95 28 83 28 Mona.Elli@steinkjer.kommune.no
01.06.2016 kl 1800	Trønder-fluisa sprinten sonestevner: Viosen Stadion Starter: Eskild Skarland Dommere: Aud Amdal, Ragnhild Kroglund, Arne Roger Øvereng.	Generelt: Utøverne kan i praksis delta hvor de vil, men det oppfordres til at man deltar på nærmeste sted.	Snåsa il friidrett v/Laila Åsvold Laila.asvold@gmail.com
31.05.2016 kl 1800	Verdal barne og ungdomsskole Starter: Jostein Moksnes Dommere: Anders Røflo, Hans Vist, Tor Klevmo.	Påmelding gjennom idrettslag, skoler eller individuell påmelding direkte til arrangør.	Verdal FIK v/Steinar Bergsmo Gamle Skrovesvegen 69, 7650 Verdal Tlf 93 82 50 35 E-post: bstei357@online.no
01.06.2016 kl 1800	Hegra stadion Starter: Thomas Schiefloe, Dommere: Ivar Nilsen, Per Frode Bjørgen, Margrethe Dybvad, Olav Einang.	Klasser/øvelser G/J 8-9-10-11-12 år: 60 m, lengde, liten ball. G/J 13-14 år: 60 m, høyde, kule. Det er ingen startkontingent. Det kan ikke benyttes piggsko i sonestevnene.	Hegra IL/il Dalebrand v/Gerda Vik Tlf 74 80 28 09, 92 03 49 84 E-post: gerda.vik@ntebb.no v/Kjell Olav Storflor kolstor@online.no tlf: 952 52 277
01.06.2016 kl 1800	Beitstad Stadion Starter: Trond Gystad Dommere: Joar Bergin, Ottar Kaldal, Ann Helen Kolstad, Jean P. Sæther.		Beitstad IL v/Randi Bartnes 7730 BEITSTAD Tlf. 951 55 537 E-post: rhbartne@online.no
01.06.2016 kl 1800	Kolvereid Sentralidrettsanlegg Starter: Bente Holm Dommere: Anne Mette Selnes, Knut Heggli, Terje Elstad, Ståle Husby.		Kolvereid IL Friidrett v/Anne Urdshals Anne-H.Urdshals@naroy.kommune.no

02.06.2016 kl 1900	Ogndalsløpet Sted: Ogndal skole, Røysing. Påmelding: ved start. Løpet inngår i Ogndals-trippelen. Starter/dommer: Normann Ryan jr.	Klasser og distanser. Trim og konkurranse. 5,8km terreng og vei.	 Ogndal il friidrett v/Normann Ryan jr. Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer E-post: norm@t-a.no . Tlf 93 20 22 23
04. – 05.06.2016	TRONDHEIMS-LEKENE 2016		Trondheim friidrett http://www.tfweb.net/
07.06.2016 kl 1800	Moankarusellen Moan idrettspark Påm.frist: 5.juni 2016 Starter: Jostein Moksnes Dommere: Gunnar Melting,	Klasser og øvelser. J/G 7-10år: 60m, lengde J/G 11-14 år: 60m, 600m, lengde, høyde J/G 15 år og eldre: 100m, 400m, 1500m, høyde, lengde.	Frol IL v/Tore Andersen kathrine.engen@gmail.com Online påmelding via datosortert terminliste eller Min idrett. Starkontingent: 7-12år kr 50,- pr øvelse. 13år og eldre: kr 70,- pr øvelse.
07.06.2016 kl. 19.00	Leirsjørunden Leirådal i Verdal Påm.frist 1 t før start Starter/dommer: Knut Holmen	13-14 år: 1,8km 15-16 år 1,8 km 17 – 20 7,5 km veteran (over 60) 7,5 km Senior 11,5 km	Leirådal IL / Verdal FIK v/ Grete Sivertsen Grete.sivertsen@ntebb.no tlf: 901 48 774
08.06.2016 kl 1800	Stjørdal friidrettskarusell Hegra stadion Påm.frist 1 time før start Starter: Nils Olav Kyllø Dommere: Margarethe Dybvad, Gunnar Lurfald, Leif Gylland, Olav Einang.	Alle klasser 7 år og eldre. 40m, 60m, 100m, lengde, kule, spyd	Hegra IL v/Gerda Vik
08.06.2016 kl 1800	Kastfemkamp Guldbergaunet idrettspark Påm.frist: Ved start. Dommer: Bjarne Olav Paulsen	Klasser: Junior, senior og veteran. Diskos, kule, spyd, slegge, vektkast.	 Ogndal IL Friidrett v/Normann Ryan Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer tlf. 93 202 223 norm@t-a.no
09.06.2016	Exxon Bislet Games		Oslo
09.06.2016 kl. 18.00	 2.stevne Kleppen stadion. Påm.frist: 07.06.2016 Starter: Kenneth Andersen Dommere: Terje Øvereng, Øystein Homstad, Agnar Stamnes, Arnhild Holstad, Nils Trana, Trygve Stokke, Bodil Barland.	J/G 8-10år: 60m, lengde, liten ball J/G11-12år: 60m, 600m, høyde, kule J/G 13-14 år : 60m, 600m, lengde, kule. J15-16 80m hekk, J17 100 m hekk G15-17 100 m hekk J/G15-19år: 100m, 800m, tresteg, høyde, spyd, kule Funksjons- og bevegelsehemmede: Tilrettelagte øvelser ihht aldersklassens øvelsesutvalg.	 Namsen friidrettsforening v/Stein Landsem Postboks 250 7801 Namsos 97571949 stein.landsem@ntfk.no Hjemmeside: www.namsenfif.no
10.- 12.06.2016	Tyrvingleken		Nadderud Stadion
11.06.2016 kl 1200	Steinkjerlekene Sted: Guldbergaune idrettspark	Øvelsesutvalg: Jenter/Gutter 8-9 år: 60m, lengde	

	Påm.frist: 09.06.2016 Starter: Hans Foosnæs, Dommere: Olav Bratberg, Bjarne Olav Paulsen, Sigrid Skogan, Arvid Valøen, Normann Ryan jr.	Jenter 10-14: 60m, 600m, lengde, kule Jenter 15-19: 100m, 200m, 400m, 1500m, lengde, kule Kvinner senior: 100m, 200m, 400m, 1500m, lengde, kule Gutter 10-14: 60m, 600m, høyde, spyd Gutter 15-19: 100m, 200m, 400m, 1500m, høyde, spyd Menn senior: 100m, 200m, 400m, 1500m, høyde, spyd	Steinkjer Friidrettsklubb v/ Trond Hermanstad tlf: 99468032 trond@steinkjervarme.no postboks 57 7701 Steinkjer konto 4410.37.36088 www.steinkjerfik.no
11.- 12.06.2016	Steinfjellstafetten Lørdag: Start: Trones skole kl 1300 Mål: Røyrvik sentrum Søndag: Start Røyrvik sentrum Mål: Namsskogan Familiepark, Trones Dommer: Ragnar Hauge	17 etapper på 2 dager. Konkurransesklasse 1 Herrer Konkurransesklasse 2 Damer Mosjonsklasse 1 Herrer/Damer Mosjonsklasse 2 Damer Mosjonsklasse 3 Herrer/Damer – innlagt 4 sykkeletapper Mosjonsklasse 4 Damer – innlagt 6 sykkeletapper	Trones/Elva/Namdal/Skorovas/Røyrvik/ v/ Kjell S. Lund 74 33 57 16 93 85 42 33 kjell.sigbjorn.lund@gmail.com www.steinfjellstafetten.com
12.06.2016 kl. 13.00	Bruløpet/ Jan Sandstads minneløp Påm.frist ½ t før start Starter: Joralf Gran Dommer: Anders Røflo	Gateløp/Landeveisløp 12år – veteran+ trimklasse G/J 12 – 16år: 6km J 17-19år: 6km G 17-19år: 10km K/M 20-49år: 10km K 50-94 år: 6km M 50- 64år: 10km M 65 – 94år: 6km	Mosvik IL Friidrett – Inderøy IL Friidrett v/Leif A Sagmo 7690 Mosvik leif.arne.sagmo@mosvik.net www.brulopet.no 44481323522
12.06.2016 Kl 1100	Stordalslunken Sted: Meråkerhallen Påm.: Kantina v/Meråkerhallen fra kl. 0930 Start Gilså kl. 1100 Starter/dommer: Jens Petter Lerberg	KUN Trimklasse. Løyper: 17km i terreng/landeveg siste 2 km. Starkontingent: Voksen: kr 100,- Barn: kr 70,- Trim familie: kr 250,- Ekstraløpet: 15.06.2015 Start: 1730	il Varden/ Dalådal il v/ Roger Lindgren tlf: 41 607 247 roger.lindgren@ntebb.no
15.06.2016 Kl 1800	 Nybrottskarusellen 3.løpet Starter: Ole T. Krogstad Dommer: Arne Brunnes	600m for 11-14år 1000m kortkarusell 15år og eldre. 3000m kvinner og menn senior.	IL Nybrott/Stjørdal FIK V/Nybrottskarusellen Boks 72, 7501 Stjørdal Kontakt tlf: 456 14 952 www.nybrott.info
16. – 19.06.2016	Veidekkelekene		Lillehammer
21.06.2016 kl 1800	Stjørdal friidrettskarusell Sted: Øverlands Minde Påm.frist 1 t før start Starter: Jan P. Bjørnevik Dommere: Arne Opheim, Egil Helberg, Gunleiv Kroglund, Ann	Alle klasser 6år og eldre. Kort hk, 60m, 400m, 1500m stav, spyd.	 Stjørdal friidrettsklubb postboks 315 7501 Stjørdal

	Inger Leirtrø, Olaf Aarre, Hjørleif Brenne, Gaute Strand.		456 14 952 www.sfik.no olaf.lydvo@ktv.no
25.- 26.06.2016	MEDVINDSTEVNE Sted: Svenningmoen Påm.frist: 23.06.2016 Startere: Eskild Skarland, Stein A. Sagvik. Dommere: Arild Sand, Svein Ruud, Merethe Fosslund, Kine B. Skarland, Terje Øvereng.		 Overhalla Idrettslag v/Øystein Homstad Melamoen 7860 Skage i Namdalen oe-y-hom@online.no Bank:4448 12 61799
26.06.2016 kl. 13.00	Veressjøen rundt Vera samfunnshus Påm.frist: 23.06.2016 Dommer: Steinar Flatås	Terrensløp/Fjelløp f.o.m. 16 år + mosjon I tillegg trim, mosjon og familieklasse.	Helgådalen IL v/Ingrid Elnes Sellæg Mob: 94 87 32 20 ingrid_elines@hotmail.com post@veressjoenrundt.no www.veressjoenrundt.no Startkontingent Trimklasse: kr 200 inkl lisens Familieklasse (mor og/eller far, barn under 18 år): kr 400 inkl lisens Konkurransesklasse: kr 250 (+ evt lisens) Etteranmelding er mulig på løpsdagen mot et gebyr på kr 200,-
29.06. – 02.07.2016	 St-Olavsløppet	Se egen hjemmeside	www.st-olavsløppet.com
01.-03. 2015	Värdsungdomsspelen		Gøteborg
09.07.16 KL 1300	Våttån opp. v/ Sparebank1 i sentrum. Påm.frist: 1 time før løp. Starter/dommer: Trygve Nyborg	G/J12 – 15år ca 2km G/J 16 – veteran ca 5,9km	Lekvik il friidrett v/Berit Ramdal 7120 Leksvik Tlf: 97 18 53 54 Påmelding: v/Siri S. Grande tlf 901 37 660 Bank: 4202 11 51550
10.07.2016 kl 1300	Sona – Lekene Sted: Midtkiløra, Sona Påm.frist: 08.07.2016 Starter: Hermann Storflor Dommere: Odd A. Rolseth, Bjørn Ivar Hage, Eva Buland, Asbjørn Jakobsen, Per M. Sætertrø	G/J 8-9 år: 60 m og lengde G/J 10 år: 60 m og kule G11-14år: 60m, 600m, høyde, kule J11-14år: 60m, 600m, lengde, kule G15-19år: 100m, 1500m, høyde, kule J15-19år: 100m, 800m, lengde, kule Menn jr. og sr: 100m, 1500m, lengde, høyde, kule Kvinner jr. og sr. 100m, 800m, lengde, høyde, kule	 IL Dalebrand v/Kjell Olav Storflor 7520 Hegra tlf. 952 52 277/ 74 80 07 10 kolstor@online.no Bank:4465.30.05013 www.dalebrand.no
10.07.2016 kl. 17.00	Åpent Stjørdalsmesterskap i kule-tikamp	Tilleggsøvelse for alle fra 10 år: VEKTKAST.	Lånke IL, friidr. v/ Ivar Nilssen Ivar.nilssen@ntebb.no

	Tønsåsen idrettssenter Påm.frist: ½ t før start Dommere: Are Breimo, Stig Lien, Stig Ovesen, Roar Hoff.		Gevinglia 6 7517 Hell Bank: 4465 23 38973 11-14år kr.50,- øvrige 70,-
19.07.2016 KL 1800	Seriestevne Overhalla Sted: Svenningmoen stadion Påm.frist: Ved start Starter: Stein A. Galguften Dommere: Paul Selnes, Gunn Dahlen, Jo Terje Sagmo, Per J. Risvik, Åse L. Sagvik.	Gutter, jenter, menn og kvinner alle klasser: 60m, 100m, høyde, kule og lengde.	 Overhalla Idrettslag v/Øystein Homstad Melamoen 7860 Skage i Namdalen oe-y-hom@online.no Bank:4448 12 61799
19.07.2016 kl. 18.00	Stjørdal Friidrettskarusell Tønsåsen Påm.frist: 1 time før start Starter: Margarethe Dybvad Dommere: Atle Jørstad, Paul Arne Røkke, Stig Ovesen, Ottar Kvaal, Arne Opheim	Alle klasser fra 6år. 60m, 100m, 1000m, lengde, stav, diskos, slegge	Lånke IL, friidr. Gevinglia 6 7517 Hell ivar.nilssen@ntebb.no tlf. 74 80 63 71
27.07.2016 kl 1830	Ogndal hopp og kast Guldbergaunet idrettspark Påm.frist: Ved start. Dommer: Sigrid Skogan	Alle klasser Diskos, spyd og lengde.	 Ogndal IL Friidrett v/Normann Ryan Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer tlf. 93 202 223 norm@t-a.no
29. - 31.07.2016	Hovedmesterskapet		Askøy
04.08.2016 kl. 18.30	NTE Levangerstafetten Sted: Levanger torg Påm.frist: 02.08.2016 Starter: Hermann Storflor Dommer: Steinar Bergsmo	 6.omgang i NTEs Stafettserie Mix 8-10 år J/G 11-12, 13-14, 15-17, senior, bedrift- og veteranklaser LEVANGER-MARTNA!!	Frol IL v/ Hans Vist Sagbrukstomt 1A, 7600 Levanger hans.vist@ntebb.no
05.- 07.08.2016	NM jr		Brandbu
06.08.2016 kl. 12.00	 NA Orientering Ski - karusellen Friidrett 3.stevne Eideleikan Sted: Namdalseid stadion Påm.frist: 04.08.2016 Starter: Trond Gystad Dommere: Tone Merete Moan, Mona Havik, Håkon Alsaker, Kenneth Andersen, Jostein Aardal.	J/G 8-10år: 60m, lengde, liten ball J/G11-12år: 60m, 600m, lengde, kule, spyd J/G13-14år: 60m, 600m, høyde, spyd, lengde, kule J/G15år: 100m, 2000m, lengde, høyde, kule, spyd J/G16-19år: 100m, 3000m, lengde, høyde, kule, spyd Funksjons- og bevegelseshemmede: Tilrettelagte øvelser ihht aldersklassens øvelsesutvalg.	Namdalseid IL Friidrettsgruppa v/Gunnhild Kaldahl mail: gunnhild.kaldahl@ntebb.no Online påmelding. tlf. 477 52 638 Bank:4415.29.14307
07.08.2016 KL. 1200	Follaheiløpet Start: Follafooss stadion 14moh Mål: Follaheia 644moh	Motbakkeløp – 630 høydemeter over 4,5km Klasser Trimklasse	Follafoss il v/ Halfdan Ludvigsen ha-lud@online.no tlf: 90418034

	Påm.frist: 05.08.2016 Starter/dommer: Joar Bergin www.follaheilopet.no	Jenteklasse og gutteklasse 13-15 år (starter ca 2 km opp i løypa) Dameklasse og herreklasse 16-19 år Dameklasse og herreklasse 20-35 år Dameklasse og herreklasse 36-50 år Dameklasse og herreklasse 51 år+	Startavgift Trimklasse kr 150,- Familiepåmelding: kr 300,- 13-15 år: kr 150,- Øvrige klasser: kr 250,- Startavgift betales før start.
09.08.2016 kl. 18.00	Stjørdal friidrettskarusell Midtkiløra Påm.frist: 1 t før start Starter: Ole T. Krogstad Dommere: Kjell Haukø, Ragnar Olsen, Gaute Strand, Arna Krogstad.	Alle klasser fra 6år. 60m, 100m, 1500m, høyde, liten ball	il Dalebrand v/Kjell Olav Storflor kolstor@online.no tlf: 95 25 22 77
11.08.2016 kl 1900	FINALE NTE Steinkjerstafetten Sted: Steinkjer sentrum Påm.frist: 09.08.2016 Starter: Trond Gystad Dommere: Olav Finstad, Per A. Bjørn, John Skjelvåg, Arnulf Aas	 7.omgang og FINALER i NTEs Stafettserie 2016 Mix 8-10 år J/G 11-12, 13-14, 15-17, senior, bedrift- og veteranklasser.	 Steinkjer Friidrettsklubb v/ Trond Hermanstad tlf: 99468032 trond@steinkjervarme.no postboks 57 7701 Steinkjer konto 4410.37.36088 www.steinkjefrik.no
12.08.2016 kl 1600	Brækkabakkan Opp. Start ovenfor Brækkabakkan, i Kolvereid sentrum. Påm.frist: 1 time før start. Start kl 16.00 for konk. klasser. Start kl 16.15 mosjons klasser Starter/dommer: Tore Holm	Gate/terreng/vei- løp i deler av Kolvereid sentrum, 3 km. Konk.kl dame/herre med tid. Mosjonsklasse uten tid.	Kolvereid il friidrett v/ Liv Schjelderup liv.schjelderup@outlook.com 48 146 627, info: www.bakkanopp.no
13.- 14.08.2016	Nordisk jr.landskamp U 20		Island
14.08.2016 kl. 12.00	Tønsåslekene 2016 Sted: Tønsåsen idrettspark Påm.frist: 12.08.2016 Starter: Hermann Storflor Dommere: Bjørn Ivar Hage, Kjell S. Størseth, John Einar Kvaal, Asbjørn Jakobsen, Odd Ivar Lindland, Sidsel Schønberg, Nadesapuran Sinnarasa.	J/G 6-8år: 60m, lengde J/G 9-10 år: 60m, lengde, stav, spyd. J/G11-14år: 60m, 600m, lengde, stav, spyd J/G15-19år + junior og senior: 100m, 800m, høyde, spyd, lengde.	Lånke IL, friidr. Gevinglia 6 7517 Hell ivar.nilssen@ntebb.no tlf. 74 80 63 71 Bank: 4465 23 38973 Startkontingenter: 6 - 10 år kr 60,- pr. øv. 11 - 14 år kr 60,- pr. øv. 15 - 19 år kr 80,- pr. øv. Jun / sen kr 100,- pr. øv.
15.08.2016 kl 1800	Innherredskarussellen 1.stevne Idrettsbanen på Straumen Påm.frist: 1time før start Starter: Petter Spolèn	Alle Kasser fra 6år. Lengde 6-10, høyde 11+, sprint mellomdistanse 600m,800m, (ihht øvelsesutvalg for klassen)	Inderøy il v/ Olav Ådne Rotvold olavrotvold@gmail.com

	Dommere: Arvid Nervik, Vilhelm Nordseth, Svein Snekkvik.		
16.08.2016 kl 1800	 4. stevne 3kamp. J/G 10 – 19 år Sted: Svenningmoen Påm.frist: 14.08.2016 Starter: Jan Dahl, Stein A. Galguften Dommere: Arnhild Holstad, Terje Landsem, Ragnhild Kroglund, Jan O. Skistad, Kine Skarland, Roger Hasselvold, Karen Hasselvold.	J/G 8 – 9år. 60m, lengde, liten ball J/G10år: 60m, lengde, liten ball G/J11-12år: 60m, 600m, lengde, høyde, kule, liten ball G13år: 60m, 600m, lengde, høyde, kule, spyd J13-14år: 60m, 600m, lengde, høyde, kule, spyd G14år: 60m, 600m, lengde, høyde, kule, spyd G15-16år: 100m, 800m, lengde, høyde, kule, spyd J15-16år: 100m, 800m, lengde, høyde, kule, spyd G17-19år: 100m, 800m, lengde, høyde, kule, spyd J17-19år: 100m, 800m, lengde, høyde, kule, spyd Funksjons- og bevegelseshemmede: Tilrettelagte øvelser ihht aldersklassens øvelsesutvalg.	 Overhalla Idrettslag v/Øystein Homstad Melamoen 7860 Skage i Namdalen oey-hom@online.no Bank:4448 12 61799
16.08.2016 kl. 1700	Barne- OL Øverlands Minde Påm.frist: 1t før start	G/J 6-10 år og yngre: 60m, lengde, liten ball	Stjørdal FIK www.sfik.no Kontakt: 97532642
17.08.2016 kl 1800	Friidrettskarusellen Sted: sentralidrettsanlegget, Kolvereid. Påmelding ved start.	For barn 6 år t.o.m. ungdom 18 år.	Kolvereid il friidrett v/ Liv Schjelderup mob.: 48146627
20.08.2016 kl 1130	Sørli-mila Sted: Sørli Påm.frist: 17.08.2016 Starter/dommer: Terje Våg	Klasser/distanser Sørli-mila: konkurransklasser: G/J 15-17år, G/J 18-19år, G/J 20-22år M/K senior(23-34år) M/K Veteran 35-39år, 40-44år, 45-49år, 50-54år, 54-59år, 60-64år, osv med 5års intervaller. Trimklasse uten tid: 5 og 10km	Sørli il/Namdalen løpeklubb v/ Leo Lyngstad 7884 SØRLI Bank: 4448.12.19938
20.08.2016	 FINALER! Sted: Guldbergaune idrettspark, Steinkjer. Starter: Normann Ryan jr, Jan A. Foosnæs Dommere: Gunnar Afteret, John K. Skjelvåg, Jan O.	KRETSFINALE De beste fra sonestevnene kvalifiserer seg til kretsfinalen. Det er de to beste i hver klasse/øvelse i sonestevnene, samt de fire beste resultatene utenom disse, som ikke er blant de to beste i sitt sonestevne, som inviteres til finalen. Det betyr at det i utgangspunktet blir 12 utøvere i hver klasse/øvelse i finalen.	 Steinkjer Friidrettsklubb v/ Trond Hermanstad tlf: 99468032 trond@steinkjervarme.no postboks 57 7701 Steinkjer

	Finstad, Marius Grøtan, Olav Bratberg, Tone Moan, Jean P. Sæther, Liv Iversen, Sigrid Skogan.	Klasser/øvelser: Gutt/jente 11-12 år: 60 m, lengde, liten ball. Gutt/jente 13-14 år: 60 m, høyde, kule.	
21.08.2016 kl. 1000-1130	Botnantrampen Sted: v/Botnan forsamlingshus Påm.frist: 19.08.2016 Starter/ dommer: Johannes Leirbekk	Terrengløp (Skogsløp) lang løype 13,4 km kort løype 6,7 km Klasse 16 år-veteran + mosjon og trimklasse Minitrampen 3,5km.	Botnan IL v/Kristian Foss Furuvegen 8, 7800 Namsos Tlf.91376629 kristian.foss@namsos.kommune.no Bank: 4400.32.67617 www.n3sport.no/ski/Botnan
21.08.2016 KI 1000	Tittinghalla rundt Start: Utøy Skole I år er det 50års-jubileum!! Se her for info: http://www.tittinghalla.no/ Starter/dommer: Jostein Moksnes	Landevegsløp og noe skogssti. Løypelengde 13,5 km. Trim- mosjonsløp. NB! Ingen konkurranseklasser!	Inderøy il v/Marius Haga Vangshylla 160 7670 Inderøy leder@tittinghalla.no
24.08.2016 kl. 1800	 5.stevne Snåsaleikan Påmeldingsfrist: 22.08.2016 Starter: Stein Sagvik Dommere: Øystein Homstad, Jo Terje Sagmo, Trygve Stokke, Stig Tronstad, Trude B. Parnas, Ragnhild Krogdahl.	J/G 8-10 år 40 m, 600 m, høyde og slengball J/G 11-12 år 60 m, 600 m, (J) lengde, (G) høyde og diskos J/G 13 -15 år 60 m, 800 m, lengde og diskos J/G 16 -19 år 100 m, 1500 m, lengde og diskos. Funksjons- og bevegelseshemmede: øvelse i h.h.t aldersklassens utvalg.	Snåsa il friidrett v/ Laila Åsvold 920 95 213 laila.asvold@gmail.com
24.08.2016 KI 1800	Friidrettskarusellen Sted: sentralidrettsanlegget, Kolvereid. Påmelding ved start.	For barn 6 år t.o.m. ungdom 18 år.	Kolvereid il friidrett v/ Liv Schjelderup mob.: 48146627
24.08.2016 KI1800	 4.løp Starter: Thomas Schiefloe. Dommer: Ragnar Olsen	Gate / veg Menn og kvinner: 1500m Kortkarusell 15år-eldre.1500m Kortkarusell 11-14år: 300m	IL Nybrott/Stjørdal FIK V/Nybrottskarusellen Boks 72, 7501 Stjørdal Kontakt tlf: 456 14 952 www.nybrott.info
25.08.2016 kl 1800	Elveløpet 2016 Sted: Langs Verdalselvas bredder. Start/Mål: Moparken i Verdal sentrum. Påmeldingsfrister: Konk.klasser: 22.august Trimklasser: Ved start Starter/dommer:	Klasser/øvelser: Mosjonsklasse uten tid Lengde: 5km Konkurranseklasser på tid. Lengde 5km Gutter/menn: u/15år Gutter/menn: over 15år Jenter/kvinner: u/15år Jenter/kvinner: o/15år	Verdal friidrettsklubb v/ Steinar Bergsmo Påmelding konk.klasser sendes: Bstei357@online.no

25.08.2016 kl. 1800	Seriestevne/ klubbmesterskap del III Sted: Tønsåsen idrettspark Påm.frist: ½ t før start Starter: Jan Troseth Dommere: Arne Bremseth, Per Frode Bjørgen, Roald Sagerup, Per Sætherø, Per Velve.	J/G10år: 60m, liten ball J/G11-12år: 60m, lengde, tresteg, kule, liten ball J/G13-14år: 60m, 200m, lengde, tresteg, kule, liten ball J/G15-18år: 60m, 200m, lengde, tresteg, kule Junior, senior, veteran: 200m, lengde, tresteg, kule	Lånke IL Friidrett ivar.nilssen@ntebb.no
26.08.2016 kl 1800	Innherredskarusellen 2.stevne med innlagt Åpent klubbmesterskap for Beitstad il Beitstad stadion Påm. Frist: 1 time før start Starter: Viktoria Singh Dommer: Ingvart Sandsund	Alle klasser fra 0-8år. Kl. 1715 - 1800 60m, lengde, liten ball. <u>Løp, kast og hopp så mye du vil.</u> KL. 18.00 J/G 9 – 10 år 60m, lengde, spyd J/G 11 + 60m, spyd, slegge, tresteg Startkontingent uansett antall øvelser: kr 100,-	Beitstad IL, friidrett v/Randi Bartnes 7730 BEITSTAD Tlf. 951 55 537 E-post: rhbartne@online.no
27. – 28.08.2016	Ungdomslekene 2016 Sted: Øverlands Minde Kretsens UK tar ut lag	Øvelser og klasser som tidligere Kretsens UK tar ut lag	Stjørdalsalliansen Opplysninger og beskrivelse av konseptet finner du på arrangørens hjemmeside.
29.08.2016 kl 1800	Spillumsmarka rundt Spillum Påm.frist: 1 time før start Starter/dommer: Arild Sand	Terrensløp Alle klasser f.o.m. 11 år	Spillum IL v/Mathias Mørkved, Tlf 951 90 954 mathias.morkved@ntebb.no
30.08.2016 kl 1800	AVLYST!! Moankarusell Sted: Moan fritidspark Påm.frist: 28.08.2016 Starter: Jan Martin Troseth Dommer: Rolf Brennskag	Øvelser kommer	Frol IL v/Tore Andersen kathrine.engen@gmail.com Online påmelding via datasortert terminliste eller Min idrett. Starkontingent: 7-12år kr 50,- pr øvelse. 13år og eldre: kr 70,- pr øvelse.
31.08.2016 kl 1800	Friidrettskarusellen Sted: sentralidrettsanlegget, Kolvereid. Påmelding ved start.	For barn 6 år t.o.m. ungdom 18 år.	Kolvereid il friidrett v/ Liv Schjelderup mob.: 48146627
31.08.2016 kl 1800	3. stevne i Innherredskarusellen. Sted: Guldbergaunet idrettspark Påm.frist: Ved start. Dommer: Toril Nyborg, Liv Iversen, Jon Skjelvåg.	Klasser/øvelser: 6 – 10år: lengde, kule og liten ball 11år – eldre: lengde, kule og slegge.	 Ogndal IL Friidrett v/Normann Ryan Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer tlf. 93 202 223 norm@t-a.no
01.09.2016 kl. 1800	Stjørdal Friidrettkarusell Sted: Framnes Påm.frist: 1 time før start. Starter: Nils Olav Kyllø Dommere: Kjell Haukø, Olav Einang, Eva Buland, Jens Holte.	Alle klasser fra 6år. 60m, 100m, 600m, høyde, tresteg, kule.	Il Fram v/ Liv Marit Honne liv.marit.honne@ramboll.no Ole Christiansen olch@statoil.com Konto: 8674 10 08175

02. – 04.2016	Ungdomsmesterskapet		Sandnes
04.09.2016 Kl. 1000	Offenåsen Opp Mosjon kl 1000 – 1300 Konkurranse kl 1400 Påm.frist: Starter/dommer Petter Spolèn	Motbakkeløp Mosjon for alle aldersklasser!! Konkurranseklasser: kvinner og menn Høydemeter bunn – topp: 330m Løypelengder: ca 5km Eksakt løypelengde kommer på innbydelsen.	www.oftenasenopp.no  Steinkjer Friidrettsklubb postboks 57 7701 Steinkjer konto 4410.37.36088 www.steinkjerfik.no Startkontingent: Mosjon enkel: kr 100,- Mosjon familie: kr 200,- Konkurranse: kr 200,- Konto: 4410 37 36088
04.09.2016 Kl 1130	Festningen Rundt Sted: Hegra Festning Påm.frist: Løpsdagen før kl 1100 Starter/dommer: Ola Lerfald	Konkurranseklasse kvinner og menn: 9km rundløype med start og innkomst Hegra Festing. Trimklasse u/tid: start kl 0900 – 1100.	Hegra il / il Dalebrand v/Knut Gylland kn-gylla@online.no tlf: 414 66 057
04.09.2016 kl. 10.00	Follalunken Sted: Kolvereid Påm.frist: ½ time før start Starter/dommer: Bente Holm	Terrengløp Alle klasser f.o.m. 16 år + mosjon og trim 11 og 6km Mosjon med tid: Start kl 1200 – 11km. Felles buss til start Nærøy Kulturhus kl 1000 og 1115. Klær og utstyr transporteres tilbake til målområdet.	Kolvereid IL Friidrett Påmelding v/Torkil Marsdal Hanssen tmh@pkom.no . tlf: 97 976 065. Spørsmål vedr løpet rettes til Liv Schjelderup tlf: 48 146 627 Startkont: Enkelstart kr 60,-, Familie kr 150,- Mosjon kr 100,- Konkurranse: kr 100,- bank: 4467.10.38239
08.09.2016 kl. 18.00	Stjørdal friidrettskarusell Øverlands Minde Påm.frist: 1 time før start Starter: Nils Olav Kyllø Dommere: Arne Bremseth, Inger Vikan Sveen, Kjell Arne Tronstad, Paul Arne Røkke.	Alle klasser fra 6år. 60m, 200m, 5000m, lang hk, lengde, slegge	IL. Nybrott Friidrettsavdelingen Boks 72, 7500 Stjørdal Kontaktperson: Arne Opheim
10.09.2016 Kl 1200	 Namdalslekene 2016 Sted: Kleppen stadion, Namsos Påm.frist: 08.09.2016 Startere: Nils Jørgensen, Stein Arne Galguften. Dommere: Arnt Olav Bruun, Terje Øvereng, Gunn Dahlen,	G/J 8 – 9år: 60m, lengde, liten ball J 10 – 12år: 60m, 600,lengde, høyde, kule. G 10 – 12år: 60m, 600,lengde, høyde, kule. J/G 13-14år 60m, korthekk, 800m, høyde, lengde, kule, spyd. J/G 15-22år 100m, 300mhk/400mhk, 2000m/3000m høyde, lengde, kule, spyd J/G 8-10år, 11-12år, 13-14år og 15-22år	 Namsen friidrettsforening v/Stein Landsem Postboks 250 7801 Namsos Tlf: 97 57 19 49 stein.landsem@ntfk.no

	Bjørn Sagmo, Mona Havik, Tor Arne Larsen, Trygve Stokke.	4x100m stafett Funksjons- og bevegelseshemmede: Tilrettelagte øvelser ihht aldersklassens øvelsesutvalg.	Hjemmeside: http://idrett.speaker.no/Organisation.asp?id=27037
11.09.2015 kl. 1100	<u>NYHET!</u> FROSTALEKENE 2016 Sted: Vinnatrøa Frostahallen idrettspark. Påm.frist: 09.09.2016 Starter: Hermann Storflor Dommere: Arne opheim, Arne Olav Einanghaug, Aage Hagerup, Ole Iutdal.	Klasser/øvelser Gutter/Jenter 10 – 14år 60m, 600m, lengde, høyde, kule, spyd. Gutter/Jenter 15-17år 100m, 800m, lengde, høyde, kule, spyd. Menn/ Kvinner jr. U 20, jr. U 22, senior og veteran. 100m, 800m, 3000m, lengde, høyde, kule, diskos, spyd.	Frosta il friidrett v/ Magne Vårvik mail: magne@ibecome.no Tlf: 90 06 93 56 Starkontingent: kr 50,- pr øvelse Konto: 4459.45.20413 Premiering: Alle får 1 deltakerpremie.
11.09.2016 Kl 1000	Borgfjelløpet Myrseth fotballbane Øvre Kvam Starttid Trim kl 1030 - 1130 Starttid Konkurranse kl 1200 Påm.frist: kl 1000 Starter/dommer: Viktoria Singh	Konk. Klasser og trim/mosjonsklasser. Løypelengder: 2km 5km 9,5km	Rygg il og Kvam il v/ Joar Vesterdal 7732 Steinkjer Tlf: 91 14 09 12 joar.vesterdal@ntebb.no Startkontingent: Voksen trim kr 50,- Under 16år kr 25,- Familie kr 150,- Konkurranse kr 100,- Konto: 4410.09.89333
11.09.2016 kl 1200	Skageløpet , Hunn skole Påm.frist: 1 time før start Starter/Dommer: Sverre Homstad	Kort løype: 3,5km mosjon, Lang løype: 9,1km konk/mosjon Trimklasser start kl 1200 Konkurranseklasser start kl 1300	 Overhalla Idrettslag v/Øystein Homstad Melamoen 7860 Skage i Namdalen oe-y-hom@online.no Bank:4448 12 61799
14.09.2016 kl. 18.00	 5.løp Starter: Ole T. Krogstad. Dommer: Gunnar Lurfald	Gate / veg Menn og kvinner: 10 km kortkarusell 1,3 km	IL Nybrott/Stjørdal FIK V/Nybrottskarusellen Boks 72, 7501 Stjørdal Kontakt tlf: 456 14 952 www.nybrott.info
17.09.2016 Kl 1100	Folkeløpet Sted: Røstad på Levanger Dato: 17.sept 2016 Tid barneløpet: kl 1100 Tid øvrige: kl 1200 Startkontingent og påmeldingsfrist se: http://tourdetomtvatnet.no . Innbetaling skjer ved elektronisk påmelding. Starter: Gunnar Eggen Dommer: Svein Snekkvik	Klasser og distanser: Barneløp Trimklasse: 7km Konkurranse: 7 og 14km J/G 12-16, J/G 17-19, M/KV 20-29, 30-39, Vet M/KV: 40-49, 50-60, 60-70, 70+	Frol IL v/Tore Andersen kathrine.engen@gmail.com
17.09.2016 kl. 1030	Klubbmesterskap/seriestevne	Alle klasser fra 8 år 60 m, 100 m, 200 m hekk, 600 m, 800 m, lengde,	

	Sted: Øverlands Minde Påmelding fra kl. 10.00 Starter: Jan Petter Bjørnevik Dommer: Margrethe Dybvad, Kjell Sverre Størseth, Per Frode Bjørgen, Arne Bremset, Randi Kvello, Ole Christensen.	tresteg, høyde, kule, diskos, spyd, slegge	Stjørdal friidrettsklubb postboks 315 7501 Stjørdal www.sfik.no tlf. 92234574/ 456 14 952
18.09.2016 KI 1300	Høststevne i kule-tikamp Det vil i forkant av stevnet bli arrangert en konkurranse i Vektkast. Tønsåsen idrettssenter Påm.frist: ½ t før start Dommere: Håvard Størseth, Roar Hoff, Karin Gylland, Per Frode Bjørgen.	Alle klasser fra 10år. MRK Tilleggsøvelse: Vektkast med start kl 1200.	Lånke IL Friidrett lvar.nilssen@ntebb.no konto 4465 23 38973 11-14 år: kr. 50,- Øvrige kr. 70,-
18.09.2016 KI 1300	Mosviksenderen rundt Sted: Mosvik Påm.frist: 16.09.2016 Starter: Joralf Gran Dommer: Roar Nyborg, Øystein Landsem, Per Amdal	G/J: 13, 14, -15, 16, 17, 18/19. Senior menn og kvinner Veteran menn og kvinner Innlagt mosjonsklasse.	Mosvik il Friidrett v/Leif Arne Sagmo leif.arne.sagmo@mosvik.net Tlf: 48 09 41 70 Startkontingenet: 13 – 17år kr 150,- 18/19år - veteran kr 200,- Kontonr.: 44481323522
24.09.2016 KI 1300	 KM terrengløp LANGE løyper Sted: Ogndal skole, Røysing Stadion Påm.frist: 21.09.2016 Starter: Joaralf Gran Dommer: Toril Nyborg, Øystein Landsem.	Klasser/løyper: 3 km: Jenter og gutter 13 år, 14 år, 15 år, kvinner over 60 år. 6 km: Jenter 16 år, 17 år og 18-19 år, gutter 16 år og 17 år, kvinner senior og veteraner 35-59 år, menn over 60 år. 9 km: Gutter 18-19 år, menn senior og veteraner 35-59 år.	 Ogndal IL Friidrett v/Normann Ryan Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer tlf. 93 202 223 norm@t-a.no
25.09.2016 kl 1200	Innherredskarusel 4. stevne 2-mannsstafett Sted: Skarpnes skole i Henning Påm.frist: 24.09.2016 Etteranmelding 1 time før start. Starter/dommer: Hans Foosnæs.	Klasseinndeling: 0-5 år: en runde, individuelt. 6-7-år: tomannsstafett, to runder hver. 8-10 år: tomannsstafett, tre runder hver, tidtaking, men ikke rangering. 11-12 år: tomannsstafett, tre runder hver, tidtaking og rangering. Fra 13 år og oppover: tomannsstafett, fire runder hver, tidtaking og rangering.	Henning il v/Ellen Wekre Startkontingent kr 100,- i henhold til felles bestemmelser for Innherredskarusellen. Premie til alle som deltar. Påmelding til e-wekre@hotmail.com , tlf 948 56 370
01.01.2016 kl. 14.00	 6.løp Starter: Olaf Lydvo Dommer: Arne Brunnes	Gate / veg Menn og kvinner: halvmaraton	IL Nybrott/Stjørdal FIK V/Nybrottskarusellen Boks 72, 7501 Stjørdal Kontakt tlf: 456 14 952 www.nybrott.info

03.10.2016 kl. 13.00	Åpent Botnanmesterskap i Landeveisløp v/Botnan Forsamlingshus Påm. Frist: kl. 1030 - 1230 Starter/dommer: Gustav Amdal.	Alle klasser Landeveisløp 2km 10-13år Landeveisløp 4km 14-15år Landeveisløp 8km 16år og eldre	Botnan IL v/Kristian Foss Furuvegen 8, 7800 Namsos Tlf.91376629 kristian.foss@namsos.kommune.no Bank: 4400.32.67617 www.n3sport.no/ski/Botnan
04.10.2016 Kl 17.00	Seriestevne i hopp og kast. Sted: Tønsåsen Idrettssenter Dommere: Ottar Kvaal, Per Velve, Gunnar Weiseth, Stig Ovesen, Roar Sagerup.	Alle klasser	Lånke IL Friidrett lvar.nilssen@ntebb.no
09.10.2016 Kl 1200	NM Terren gløp Lange løyper		Rindal
12.10.2016 Kl 1900	Innherredskarusellen 5.stevne Sted: Steinkjerhallen, Campus Steinkjer Påm.frist: 11.10.2016 Starter: Jan A. Foosnæs Dommer: John Ellingen	Alle klasser fom 6år. Online påmelding	 Steinkjer Friidrettsklubb v/ Trond Hermanstad tlf: 99468032 trond@steinkjervarme.no postboks 57 7701 Steinkjer konto 4410.37.36088 www.steinkjerfik.no

Trønder-fluise
- levende engasjert!



NA Orientering
Ski
- karusellen **Friidrett**