



Gratulerer du er tatt ut til å representere Vestfold i Kretskampen 30.januar

Kretskampen mellom Agder, Vestfold, Telemark og Buskerud avvikles i Bærumshallen lørdag 30.januar kl. 11.30 – 16.30. Uttaket er gjort ut ifra statistikken for utendørs sesongen 2015 og innendørs stevne i 2016.

Tidsskjemaet blir lagt ut på hjemmesiden til VFIK. <https://www.friidrett.no/k/vestfold/>

Tilbakemelding :

Jeg ber hver klubb om å gi en person ansvar for å informere alle klubbens uttatte utøvere om uttaket. Denne personen må også gi tilbakemelding til kretsen om hvem som skal være med og hvem som har meldt forfall. Ønsker også at de som står som reserver gir beskjed om de kan delta.

Tilbakemelding gjøres til Monica Grefstad Frøynes på epost: monica.grefstad@friidrett.no eller tlf 481 918 75 så tidlig som mulig, senest 24 januar.

Regler og øvelser for kretskampen :

- 3 konkurranseklasser for begge kjønn: G / J 13 -14 år , f. 02 og 03,
- G / J 15 -16 år, f. 01 og 00, G / J 17 -19 år, f. 99, 98 og 97.
- Opprykk til klassen over er ikke lov.
- Øvelsene er 60m, 200m, lengde, høyde, kule i alle klasser.
- 600m for yngste klasse og 800m i de to eldste klassene.
- Stafett 4x200m i alle klasser. Delte baner kun på 1.etappe og i 1.veksling.
- 4 forsøk i lengde og kule.
- Vekt på kule er det som gjelder for de eldste i klassen i 2016.
- Poeng: 8 poeng til vinner, deretter 7-6- 5-4-3-2-1. I Stafett: 8-6-4-2.

Vennlig Hilsen,
Vestfold Friidrettskrets

Monica Grefstad Frøynes
Tlf. 48 19 18 75

Mail: monica.grefstad@friidrett.no