



Trekamp på Svenningmoen lørdag 15. juni 2024

Overhalla IL innbyr til trekampstevne for jenter og gutter 11 – 19 år lørdag 15. juni kl. 12.00 på Svenningmoen Idretts- og Fritidspark. Egne klasser for 8-9-10 år.

Stevnet inngår i NA-karusellen med poengberegning i klassene 11 – 19 år.

Overhallastafetten er innlagt i stevnet. Se egen innbydelse. Gjennomføres etter trekampstevnet.

ØVELSER

8 – 10 år: 40 m, lengde, slengball. For klasse 10 år: 600m med fartsholder (fri fart siste 150 meter)

11 – 14 år: 60 m / 600 m – lengde / høyde – kule / spyd

15 – 19 år: 100 m / 800 m – lengde / høyde – kule / spyd

Menn/kvinner senior: 100 m – 800 m – lengde – høyde – kule – spyd (som enkeltøvelser, utenfor NA-karusellen)

I trekampen konkurreres det i to klasser: Jenter og gutter. Hver utøver i klassene 11–19 år må velge ett løp, ett hopp og ett kast (ingen kan velge flere enn 3 øvelser). Poengberegning etter Tyrvingtabellen. Det er tre forsøk i lengde og kastøvelsene (hvis tidsskjemaet tillater det, kan det bli flere forsøk). I høyde blir lista flytta 3 cm om gangen.

PREMIERING

I trekampen: Deltakerpremie til alle.

Bestemannspremie for beste enkeltresultat i hver klasse (en jente og en gutt).

Vandrepokal utdeles til den som oppnår høyeste poengsum totalt.

I seniorklassene: Premie til øvelsesvinnere.

PÅMELDING

www.isonen.no Påmeldingene stenges onsdag 12. juni kl 23.59. Etteranmeldinger medfører dobbel startkontingent. Vi tar IKKE imot etteranmeldinger etter kl. 10.00 stevnedagen.

STARTKONTINGENT

Trekampen: Kr. 150 for klassene 8 til 10 år Kr. 250 for klassene 11 til 19 år. Kontingenten dekker deltakelse i alle tre øvelsene.

Senior: kr. 150 per øvelse. Startkontingenten betales til **konto 4212.33.42393**. Vi tar ikke imot kontantbetaling av startkontingent på stevnet – faktura sendes klubbene etter stevnet.

Vel møtt til en feiende flott friidrettsdag på Svenningmoen.

Overhalla Idrettslag, Friidrettsgruppa

Kontaktpersoner:

Leder OIL friidrett Ragnar Prestvik, tlf 913 08 579, friidrett@overhalla-il.com

Stevneleder: Sverre Homstad, tlf 913 76 663

Samarbeidspartnere for Overhalla IL friidrettsgruppa:

