



**STEINKJER**  
friidrettsklubb



# Steinkjer Indoor

19. og 20. januar 2019

## Steinkjer Friidrettsklubb innbyr til innendørsstevne i friidrett.

Vi tilbyr et bredt øvelsesutvalg for alle klasser og har i år utvidet stevnet med en dag.

Har du et krav du må greie eller en form du vil teste, anbefaler vi deg å komme til «Norges fineste» friidrettshall. Vi forventer stor deltakelse fra hele regionen og mange gode resultater.

### Øvelsesutvalg lørdag 19.januar, kl. 11

<b>8-10 år</b>	40m H, 60m, lengde, kule
<b>11-14 år</b>	60m H, 60m, 200m, lengde, kule
<b>15 år</b>	60m H, 60m, 200m, 800m, høyde, tresteg, kule
<b>16 år</b>	60m H, 60m, 200m, 800m, 3000m, høyde, tresteg, kule
<b>17 år</b>	60m H, 60m, 200m, 800m, 3000m, høyde, tresteg, kule
<b>18/19 år</b>	60m H, 60m, 200m, 800m, 3000m, høyde, tresteg, kule
<b>20/22 år</b>	60m H, 60m, 200m, 800m, 3000m, høyde, tresteg, kule
<b>Senior</b>	60m H, 60m, 200m, 800m, 3000m, høyde, tresteg, kule
<b>Veteran</b>	60m, 200m, lengde, kule
<b>Racerunning</b>	40m, 60m
<b>Stafetter</b>	
<b>12-14 år</b>	4x200m
<b>15-Senior</b>	4x200m

### Øvelsesutvalg søndag 20. januar, kl. 11

<b>11-14 år</b>	60m, 600m, høyde, tresteg
<b>15 år</b>	60m, 400m, 1500m, lengde, stav
<b>16 år</b>	60m, 400m, 1500m, lengde, stav
<b>17 år</b>	60m, 400m, 1500m, lengde, stav
<b>18/19 år</b>	60m, 400m, 1500m, lengde, stav
<b>20/22 år</b>	60m, 400m, 1500m, lengde, stav
<b>Senior</b>	60m, 400m, 1500m, lengde, stav

Påmelding skjer online via Min idrett

Påmeldingsfrist **onsdag 16. januar**. Etteranmelding inntil 1 time før stevnestart mot dobbel påmeldingsavgift og dersom tidsskjemaet tillater det.

**Startkontingent** klasser 8 – 12: kr. 100,- pr. start.

Øvrige klasser kr 125,- pr start. Faktureres klubben etter stevnet.

**Premiering:** Premie til alle i klasser 8 – 12 år. 1/3 premiering i øvrige klasser.

**Overnatting:** Det vil være mulig å leie klasserom for overnatting. Ta kontakt om det er aktuelt.

**Mer info?** Kontakt Petter Spolén på epost [petter.spolen@gmail.com](mailto:petter.spolen@gmail.com)

Sportslig hilsen  
Steinkjer Friidrettsklubb