

RaceRunning

LANDSSAMLING I RACERUNNING

 13.-16. august 2020



**Landssamling for RaceRunning**

RaceRunning er en idrett hvor man løper i en løpesykkel med tre hjul. Friidrettsgrenen for folk med funksjonsnedsettelser ble en paraidrett og kom inn under Norges Friidrettsforbund i 2017.

For cirka 25 år siden ble RaceRunning oppfunnet i Danmark av Connie Hansen. Nå er det en verdensomfattende paraidrett med deltagere i over 30 land.

 I Norge er Steinkjer stedet med flest RaceRunnere. Her er det organisert som en avdeling av Steinkjer Friidrettsklubb, og har cirka 10 utøvere totalt. I hele Norge er det cirka 15-20 RaceRunnere.

 RaceRunning er en type paraidrett som kan brukes av folk som har relativt store funksjonsnedsettelser. Det er en hovedvekt på diagnosen CP, men hjerneslag og MS er også representert. Mange trenger en eller to assistenter for å være med på RaceRunning-samlinger. Det er således noe som er kostbart for den enkelte utøver. Derfor er vi veldig takknemlig over støtten vi har fått fra årets sponsorer! Hvem dette er kan du se på de siste sidene.

Til denne landssamlingen har alle RaceRunnere i Norge blitt invitert. Det er tredje gang den holdes, og det kommer utøvere fra Vestlandet, Østlandet og Midt Norge. I år, et år der årets store begivenhet «RaceRunners Camp & Cup» i Danmark ble avlyst, betyr dette stevnet, som holdes på Guldbergaunet friidrettsstadion, ekstra mye.

**Øverst i skjemaet**

**Øverst i skjemaet**

**Tidsskjema for Landssamlingen**

**Torsdag 13.august:**

Ankomst for tilreisende

**Fredag 14.august:**

12.00-13.30 – Trening

13.30 – Frukt og en matbit

14.00-17.00 – Utøverne ordner seg etter trening, og gjør seg klar til middag

17.00-19.00 – Møte om RaceRunning Norge med Marte Aasvang og Sofie Jansen på Steinkjer Ungdomsskole

19.00 - Pizza og sosialt

**Lørdag:**

09.30 – Oppmøte på Guldbergaunet Friidrettsbane

11.00-15.00 – Stevne (Tidsoppsett på stevnet kommer)

15.00-19.00 – Utøverne ordner seg etter stevnet, og gjør seg klar til middag

19.00 – Middag på Grand og sosialt

21.00 – Medaljesermoni

**Søndag:**

Hjemreise for tilreisende

**Deltakere:**

Bjørn Tuseth Steinkjer Friidrettsklubb

Sofie Østerbø Jansen Sandnes Idrettslag

Odd Markus Lütken Steinkjer Friidrettsklubb

Julie Lervik Saursaunet Steinkjer Friidrettsklubb

Tove Tømmerås Steinkjer Friidrettsklubb

Torgrim Ekren Skålsvik Steinkjer Friidrettsklubb

Mia Larsen Sveberg Steinkjer Friidrettsklubb

Marte Aasvang Runar Idrettslag

Per Yngve Larsen Runar Idrettslag

Grete Vist Steinkjer Friidrettsklubb

Linn Beate Kippe Steinkjer Friidrettsklubb

Marie Aune Bardal Steinkjer Friidrettsklubb

**Stevneprogram for stevnet 15.08.2020**

**Kl.11.00 60m herrer alle klasser** Torgrim Ekren Skålsvik Klasse RRA Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Bjørn Tuseth Klasse RR1 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Kl.11.05 60m damer alle klasser** Julie Lervik Saursaunet Klasse RR3 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Mia Larsen Sveberg Klasse RR4 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Marie Aune Bardal Klasse RR2 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Kl.11.20 100m herrer RRA, RR1 og RR3** Per Yngve Larsen Klasse RR1 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Torgrim Ekren Skålsvik Klasse RRA Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Bjørn Tuseth Klasse RR1 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Kl.11.30 100m herrer RR2, og damer alle klasser** Odd Markus Lütken Klasse RR2 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Marte Aasvang Klasse RR1 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Sofie Østerbø Jansen Klasse RR2 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Marie Aune Bardal Klasse RR2 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Julie Lervik Saursaunet Klasse RR3 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Mia Larsen Sveberg Klasse RR4 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Kl.11.40 800m damer alle klasseer** Linn Beate Kippe Klasse RR2 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Tove Tømmerås Klasse RR4 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Kl.11.55 200m damer og herrer alle klasser** Torgrim Ekren Skålsvik Klasse RRA Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Sofie Østerbø Jansen Klasse RR2 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Grete Vist Klasse RR2 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Julie Lervik Saursaunet Klasse RR3 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Mia Larsen Sveberg Klasse RR4 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Kl.12.20 1500m damer RR2** Linn Beate Kippe Klasse RR2 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Grete Vist Klasse RR2 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Marie Aune Bardal Klasse RR2 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Kl.12.40 5000m herrer og damer alle klasser** Per Yngve Larsen Klasse RR1 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Marte Aasvang Klasse RR1 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Tove Tømmerås Klasse RR4 Tid:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Sponsorer:**





