**ÅRSMELDING FRAMERUNNING I STEINKJER FRIIDRETTSKLUBB FOR 2024**

**1. Ledere, trenere:** Marie Aune Bardal har vært trener på mandager (mosjonsgruppe), mens Hans Foosnæs har
 vært trener på tirsdager (sprint mm), ansvarlig leder for gruppa og ansvarlig for å lage
 treningsprogram. Olav G Aunan har også gjort en stor trenerjobb for FR i 2024.
 Julie Saursaunet har vært med i styret i Friidrettsklubben for FR.
 Knut Martinsen har vært en dyktig tekniker for syklene i FR.

**2. Resultater, mesterskap:
 NM inne 17.-18. februar:** Steinkjer FIK arrangerte NM inne i Friidrettshallen i februar 2024. I FR paraklasse deltok
 Julie Saursaunet, Marie Aune Bardal, Kaja Jonassen og Odd Markus Lütken. Julie ble nr
 2 i KS 60m parafriidrett, Marie nr 4 på 60m. Odd Markus ble nr 3 på 400m.

 **NM utendørs Sandnes 27.-29. Juni.** **100m para (T72)** 1. Julie Saursaunet (FR) 21.72 (-1.0)

 **400m para (T72)** 1. Julie Saursaunet (FR) 1.50.73

 SE ellers resultatene som følger vedlagt.

|  |  |
| --- | --- |
| Kan være et bilde av 5 personer og tekst | Ingen bildebeskrivelse er tilgjengelig. |
| Samling November 2024 på Paraidrettssentret Ranheim. Kronprins Haakon hilser på vår deltaker Julie. | Fra NM i Sandnes: To gull til Julie, her sammen med Sofie Jansen fra Sandnes, også ivrig deltaker i Framerunning. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **A group of people posing for a photo  AI-generated content may be incorrect.** | **A person on a stationary bike  AI-generated content may be incorrect.** | **A group of people on bicycles  AI-generated content may be incorrect.** |
| Magnus, Guri, Julie og Kaia Karina | Grete Vist | Marie har vært flink trener på mandager, og også flink utøver |

**ANDRE RESULTATER FRAMRUNNING 2024:**

**(FR står for Framerunning, klasser T72 og RR4).**

**Steinkjer Indoor januar 2024. FR

**

**NM inne mars 2024. Steinkjer.

KS parafriidrett 60m:**

1. Ann Selda Deliler Tyrving 11.25
2. **Julie Lervik Saursaunet (FR) Steinkjer FIK 13.16**3. Sofie Østerbø Jansen (FR) Sandnes IL 15.21
4. **Marie Aune Bardal (FR) Steinkjer FIK 20.76 (SB)**
5. Marte Aasvang (FR) Stokke IL 25.59
**Klasse RR4:
Kaia Karina Jonasse (FR) Steinkjer FIK 12.61**

**MS parafriidrett 60m:**

1. Salum Ageze Kashafali IL Norna Salhus 6.89
2. Vegard Dragsund Sverd IL Norna Salhus 7.15
3. **Odd Markus Lütken (FR) Steinkjer FIK 13.15**

**MS parafriidrett 400m:** 4. Odd Markus Lütken (FR) Steinkjer FIK 1.17.58

 **Adventsstevne des 2024, Steinkjer.**

**60m RR4
Kaia Karina Jonassen 12.61**

**60m T72
Julie Saursaunet 13.37**

 **Resultater seriestevne 24/8-2024 (I stedet for landsstevnet)**

**Seriestevne 24/6-24. Guldbergaunet.**

