



Halleie 1, 2025 - 2026

Endringer kan komme. Vi ser på muligheten for å få til helgesamling(er) med felles overnatting. Se derfor at du alltid har siste utgave av samlingsplan.

UTKAST pr 21.09.2025

1. Halltid på lørdager hvor kretsen har leid er fra kl. **1000 – 1300**. Endringer kan komme.
2. Alle møter ferdig ombyttet klar for trening **minimum 15 min før annonsert start**.
3. Når det gjelder tekniske øvelser er vi som krets og mange klubber noe «bakpå». Vi utfordrer derfor klubbene til allsidig trening og å motivere aktive til å tørre å gå ut av komfortsonen og gjøre noe de ikke kan.
4. Vi ønsker kommende høst/vinter å fortsette arbeidet med å gi tilbud om teknisk trening og la de aktive prøve nye øvelser under våre samlinger. Trenere og foresatte som ønsker input og faglig påfyll er hjertelig velkommen som observatører.
5. Noen av disse samlingene blir kommende vinter over 2 økter. Da vil vi bruke første økt til teknisk trening og andre økt til basistrening og eller tema/treningsteori.

01.11.2025 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshallen		Samling på tvers av klubbgrensene Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lur på.
----------------------------------	-----------------------------------	--	---	--

				Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
08.11.2025 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshallen Samlingen blir i samarbeid med Stjørdal fik som leier hall sammen NTfik.		Samling på tvers av klubbgrensene Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lur på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
15.- 16. nov. 2025 Kretsene leier	Steinkjerhallen, friidrettshall UNGDOMS - KRETS SAMLING for UM 15-19 + U23 STORSAMLING alle 3 kretsene lørdag kl. 12:00 – 20:00.	Felles kretssamling Nord-Trøndelag, Nordland fik, Sør-Trøndelag fik.	Lørdag Kl.12:00-14:00 1.økt i friidrettshallen Kl.17:00 – 18:30 2.økt i friidrettshallen 19:00 – 20:00 Pizza og sosialt samvær. Orientering om Ren utøver. Søndag kl. 10:00-12:00 1.økt friidrettshallen	Hovedleder Kjell Vidar Norheim Bjørn Johansen
22.11.2025 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshallen		Samling på tvers av klubbgrensene Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her

https://idrettsforbundet-my.sharepoint.com/personal/geir_nordtomme_friidrett_no/Documents/Dokumenter/Nord-Trøndelag fik 2020-2022/Samlingsplaner/2025-2026/Hallbestilling NTfik 2024- 2025.docx

			møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer.	bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lurar på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
29.11.2025 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshallen		Samling på tvers av klubbgrensene Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lurar på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
06.12.2025	Advendstevne			Steinkjer fik
13.- 14.12.2025 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshall Ungdomssamling for 13 - 14år	Kretssamling: NTfik og Nfik Alle født 2013 – 2012.	Se egen plan for samlingen Lørdag 1.økt i friidrettshallen Kl. 12:00-14:00 2.økt i friidrettshallen Kl. 16:00-18:00	Arrangør: NTfik i samarbeid med Nordland fik

			Søndag i friidrettshallen kl. 10:00-12:00	
20.12.2025 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshallen		Samling på tvers av klubbgrensene Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lurar på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
27.12.2025 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshallen		Samling på tvers av klubbgrensene Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lurar på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
29.12.2025 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshall	ALLE	Samling på tvers av klubbgrensene Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 –	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her

https://idrettsforbundet-my.sharepoint.com/personal/geir_nordtomme_friidrett_no/Documents/Dokumenter/Nord-Trøndelag fik 2020-2022/Samlingsplaner/2025-2026/Hallbestilling NTfik 2024- 2025.docx

			13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer. Er du ikke medlem av en klubb? Da kan vi ordne med det siden når du/dere har bestemt dere for om dere ønsker å benytte dere av tilbudet litt gjennom vinteren.	bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lurar på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
03.-01.2026 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshall	ALLE	Samling på tvers av klubbgrensene Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer. Er du ikke medlem av en klubb? Da kan vi ordne med det siden når du/dere har bestemt dere for om dere ønsker å benytte dere av tilbudet litt gjennom vinteren.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lurar på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
10.01.2026 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshall	ALLE	Samling på tvers av klubbgrensene Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer. Er du ikke medlem av en klubb? Da kan vi ordne med det siden når	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lurar på.

			du/dere har bestemt dere for om dere ønsker å benytte dere av tilbudet litt gjennom vinteren.	Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
17.01.2026	Steinkjerhallen, friidrettshall	ALLE	Samling på tvers av klubbgrensene Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer. Er du ikke medlem av en klubb? Da kan vi ordne med det siden når du/dere har bestemt dere for om dere ønsker å benytte dere av tilbudet litt gjennom vinteren.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lur på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
23.01 – 25.01.2026	Steinkjerhallen, friidrettshall	ALLE	Samling på tvers av klubbgrensene Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer. Er du ikke medlem av en klubb? Da kan vi ordne med det siden når du/dere har bestemt dere for om dere ønsker å benytte dere av tilbudet litt gjennom vinteren.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lur på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.

30.01. – 01.02.2026.	Steinkjerhallen, friidrettshall Søkersamling 2026 Aktuelle søkere til LL Steinkjer vgs skole inviteres til samling, samtaler og orienteringsmøter.			Egen informasjon kommer. Legges ut på skolens sider, FB og kretsens hjemmeside + at alle i rett årskull blir invitert. (pr. mail)
31.01.2026 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshall	ALLE	Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer. Er du ikke medlem av en klubb? Da kan vi ordne med det siden når du/dere har bestemt dere for om dere ønsker å benytte dere av tilbudet litt gjennom vinteren.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lur på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
07.02.2026 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshall UNGDOMS - KRETS SAMLING for UM 15-16 og Lerøy 13-14	Kretssamling NTfik/Nordland fik	3- 4 øvelser for alle. Rullering 1.økt kl 10:00 – 13:00: Slegge/diskos, start/veksling, stav, kappgang.	Arrangør: NTfik i samarbeid med Steinkjer vgs. friidrett. Felles lunsj kl 1300 - 1330, småprat og sosial aktivitet.
14.02.2026	Steinkjerhallen, friidrettshall	ALLE	Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer. Er du ikke medlem av en klubb? Da kan vi ordne med det siden når du/dere har bestemt dere for	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med

https://idrettsforbundet-my.sharepoint.com/personal/geir_nordtomme_friidrett_no/Documents/Dokumenter/Nord-Trøndelag fik 2020-2022/Samlingsplaner/2025-2026/Hallbestilling NTfik 2024- 2025.docx

			om dere ønsker å benytte dere av tilbudet litt gjennom vinteren.	trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lur på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
21.02.26 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshall	ALLE	Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 1100 – 1300 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer. Er du ikke medlem av en klubb? Da kan vi ordne med det siden når du/dere har bestemt dere for om dere ønsker å benytte dere av tilbudet litt gjennom vinteren.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lur på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
28.02.26 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshall UNGDOMS - KRETS SAMLING for UM 15-16 og Lerøy 13-14	Kretssamling NTfik/Nordland fik.	4 øvelser for alle. Rullering. 1.økt kl. 10:00 – 13:00 Øvelser: Kule, hekk, 3-steg, høyde	Arrangør: NTfik i samarbeid med Steinkjer vgs. friidrett. Avslutter med felles lunsj Kl. 1300 - 1400, Tema, småprat og sosial aktivitet.
07.03.2026	Steinkjerhallen, friidrettshall	ALLE	Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer. Er du ikke medlem av en klubb? Da kan vi ordne med det siden når du/dere har bestemt dere for om dere ønsker å benytte dere	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med

			av tilbudet litt gjennom vinteren.	trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lurer på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
14.03.2026 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshall	ALLE	Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer. Er du ikke medlem av en klubb? Da kan vi ordne med det siden når du/dere har bestemt dere for om dere ønsker å benytte dere for av tilbudet litt gjennom vinteren.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lurer på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
21.03.2026 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshall	ALLE	Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer. Er du ikke medlem av en klubb? Da kan vi ordne med det siden når du/dere har bestemt dere for om dere ønsker å benytte dere for av tilbudet litt gjennom vinteren.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lurer på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.

28.03.2026 NTfik leier	Steinkjerhallen, friidrettshall	ALLE	Åpen hall. Alle som har lyst å trene sammen andre kan møtes i hallen fra kl. 10:00 – 13:00 uavhengig av hvilken medlemsklubb i NfNT du representerer. Er du ikke medlem av en klubb? Da kan vi ordne med det siden når du/dere har bestemt dere for om dere ønsker å benytte dere av tilbudet litt gjennom vinteren.	Friidrettskretsen har leid hallen hver lørdag med noen unntak. Her er det ingen krav om at du skal være aktiv i konkurranseidrett for å delta. Her bestemmer du selv hvilken aktivitet du vil bedrive/prøve og hvilket nivå din trening skal være på. Ta gjerne kontakt med trenere og støtteapparat som er i hallen om det er ting du lurер på. Klubbene/aktive kan også ta kontakt med krets om de ønsker hjelp inne enkelte øvelser.
----------------------------------	---------------------------------	------	--	---