

TERRENGLØP, STAFETTER, BANESTEVNER

Gutter, jenter, junior, senior og veteraner 2008

<p>15 LØR 26/4 KULESTEVNE AK FRYKTLØS KULESENTRET VOLLEN I ASKER KL. 14.00 PREMIERING</p>	<p>Alle klasser: kule (2 og 3 kg. kuler må utøverne medbringe) Kulesentret Vollen i Asker, Strandengveien 79, 1390 Vollen Påmelding: 30 min. før start Ingen startkontingent AK Fryktløs Tlf: 47 23 79 99 – Nils Drolsum E-post: styrke@c2i.net</p>
<p>16 FRE 2/5 SOGN OPEN IK TJALVE NORGES IDRETTSHØGSKOLE KL. 18.00</p>	<p>Alle klasser: Kule, diskos og slegge PÅMELDING: Senest 30 min. før start. IK Tjalve, Postboks 5905-Majorstua, 0308 Oslo Tlf.: 22 60 43 40 (kl. 0800 – 1600) E-post: mail@tjalve.no Kontaktperson: Thomas Rosvold – mobil: 901 90 055</p>
<p>17 LØR 3/5 KASTFEMKAMP – VETERANER OSLO IDRETTLAG LAMBERTSETERBANEN KL. 11.00 FRIST: 26/4</p>	<p>MV/KV: Kastfemkamp PÅMELDING: Oslo Idrettslag v/Arne Lunder, Gopledalsveien 20, 1357 Bekkestua Kr. 200.- pr. deltaker betales til konto 8200.01.44696, Oslo Idrettslag v/Edith Aasenhuus, Sofiesgate 45, 0168 Oslo Tlf. 67 58 97 62 – Lunder</p>
<p>18 LØR 10/5 UNGDOMMENS HOLMENKOLLSTAFETT 11-16 ÅR IK TJALVE BISLETT STADION KL. 11.00 FRIST: 25/4</p>	<p>Stafett. Årsklassene 11-13 år (samlet alder max. 72 år), årsklassene 14-16 år (samlet alder max. 90 år). Alle etapper løpes inne på Bislett stadion. Etapper yngste klasser: 1)300m, 2)400m, 3)300m, 4)100m, 5)300m, 6)60m Etapper eldste klasser: 1)300m, 2)400m, 3)600m, 4)200m, 5)300m, 6)60m PÅMELDING: Holmenkollstafetten 11-16 år, Postboks 5905 – Majorstua, 0308 Oslo Kr. 200.- pr. lag sendes bg. 9041.22.68848 samme adresse. Tlf.: 22 60 43 40 (kl. 0900 – 1600) E-post: mail@tjalve.no Internett: www.holmenkollstafetten.no</p>
<p>19 LØR 10/5 HOLMENKOLLSTAFETTEN IK TJALVE BISLETT STADION / ST.HANSHAUGEN KL. 15.00 FRIST: 10/5</p>	<p>Etapper alle kl: 1)1200m (1100m), 2)1100m, 3)620m, 4)1700m, 5)1035m, 6)1300m, 7)1790m, 8)1800m, 9)650m, 10)2480m, 11)1220m, 12)390m, 13)1330m, 14)875m, 15)600m. NB: Etappetider for alle. PÅMELDING: IK Tjalve, Pb.5905 – Majorstua, 0308 Oslo. Kr. 3.000.- pr. lag sendes bg. 9041.22.68848 samme adr. (påmeldingsavgift 1. mars – 10. mai 2008) Tlf. 22 60 43 40 (kl. 0800 – 1600) Faks 22 56 70 35 kontoret E.post: mail@tjalve.no Internett: www.holmenkollstafetten.no</p>
<p>20 SØN 11/5 SOGN OPEN TRENINGSSTEVNE IK TJALVE NORGES IDRETTSHØGSKOLE KL. 13.00</p>	<p>Alle klasser: Diskos og slegge. PÅMELDING: Senest 30 min. før start. IK Tjalve, Postboks 5905-Majorstua, 0308 Oslo Tlf.: 22 60 43 40 (kl. 0800 – 1600) E-post: mail@tjalve.no Kontaktperson: Thomas Rosvold – mobil: 901 90 055</p>
<p>21 ONS 14/5 SKOLEIDRETTS DAG PÅ EKEBERG OSLO IDRETTSKRETS SPORTSPLASSEN KL. 10.00</p>	<p>Skoleidrettsmerkeprøver arr. av Oslo Friidrettskrets</p>

Detaljer om avslutningsdagene og barnestevnene finner du på neste side ↓↓↓

OSLO FRIIDRETTSKRETS AVSLUTNINGSDAGER 2008

Ta med ferdig utfylte startkort ALLE DAGENE som leveres senest kl 17.15

Oppgi fødselsår.

Deltakelsen er gratis for utøvere fra lag tilsluttet Oslo Friidrettskrets.

Utøvere fra andre lag/kretser faktureres med kr. 10,- pr øvelse. Ingen premiering

Mandag 22. September – BISLETT STADION kl. 18.00

Arrangører: Bækkelagets SK, SK Vidar, Bjørndal IF, Lambertseter IF, Sørbråten IL, Ljan IF, Oslo IL, IL Vestar, Spiridon LLL

MS/MJ 200mhekk(76.2)-100m-400m-3000m-høyde-diskos(2)-kule(7.26)
G 18/19: 200mhekk(76.2)-100m-300m-3000m-høyde-diskos(1.75)-kule(6)
G 17: 200mhekk(76.2)-100m-300m-3000m-høyde-diskos(1.5)-kule(5)
G 16: 200mhekk(76.2)-60m-300m-3000m-høyde-diskos(1.5)-kule(5)
G 15: 200mhekk(76.2)-60m-300m-2000m-høyde-diskos(1)
G 14: 200mhekk(76.2)-60m-600m-tresteg-diskos(1)-spyd(0.6)
G 13: 200mhekk(68)-60mhekk (76.2/7.50m)-tresteg-stav-spyd(0.4)
G 12: 200mhekk(68)-60mhekk (76.2/7.0m)-tresteg-stav-spyd(0.4)
G 11: 200mhekk(68)-60mhekk (68/6.5)-lengde-kule(2)
G 10: 60mhekk(68/6.5)-lengde-kule(2)

KS/KJ 200mhekk(76.2)-100m-400m-3000m-høyde-kule(4)-diskos(1)
J 18/19: 200mhekk(76.2)-100m-300m-3000m-høyde-kule(4)-diskos(1)
J 17: 200mhekk(76.2)-100m-300m-3000m-høyde-kule(4)-diskos(1)
J 16: 200mhekk(76.2)-100m-300m-3000m-høyde
J 15 : 200mhekk(76.2)-100m-300m-2000m-lengde-stav
J 14: 200mhekk(76.2)-60mhekk (76.2/7.50m)-100m-tresteg-stav-kule(3)
J 13: 200mhekk(68)-60mhekk(68/7.50)-tresteg-stav-spyd(0.4)
J 12: 200mhekk(68)-60mhekk(68/7m)-tresteg-stav-spyd(0.4)
J 11: 200mhekk(68)-60mhekk(68/6.5m)-lengde-spyd(0.4)
J 10: 60mhekk(68/6.5)-lengde-spyd(0.4)

Satssone 13+14 år 50 cm i lengde/tresteg
satssone 10+11+12 år 1m ” ”

Onsdag 24. september – BISLETT STADION kl. 18.00

Arrangører: IK Tjalve, IL Koll, Geoform, IF Kamp/Vestheim, Njaal, Stovnerkameratene, Høybråten & Stovner IL, Oslo Politis IL, OSI

MS/MJ 400mhekk(91.4)-200m-1500m-tresteg-spyd(0.8)
G 18/19: 300mhekk(91.4)-200m-600m-1500m-tresteg-spyd(0.8)
G 17: 300mhekk(84)-200m-600m-1500m-tresteg-spyd(0.7)
G 16: 300mhekk(84)-200m-600m-1500m-tresteg-spyd(0.7)
G 15: 300mhekk(76.2)-200m-600m-1500m-tresteg-spyd(0.6)

G 14: 300mhekk(76.2)-200m-1500m-høyde
G 13: 60m-200m-1500m-høyde-kule(3)
G 12: 60m-200m-1500m-høyde-kule(3)
G 11: 60m-200m-høyde
G 10: 60m-høyde

KS/KJ 400mhekk(76.2)-200m-1500m-lengde-spyd(0.6)
J 18/19: 300mhekk(76.2)-200m-600m-1500m-lengde-spyd(0.6)
J 17: 300mhekk(76.2)-200m-600m-1500-lengde-spyd(0.6)
J 16: 300mhekk(76.2)-200m-600m-1500m-lengde-spyd(0.6)
J 15: 300mhekk(76.2)-200m-600m-1500m-høyde-spyd(0.4)
J 14: 300mhekk(76.2)-200m-600m-1500m-lengde-spyd(0.4)
J 13: 60m-200m-1500m-lengde-kule(2)
J 12: 60m-200m-1500m- lengde-kule(2)
J 11: 60m-200m-kule(2)
J 10: 60m-kule(2)

Satssone 13+14 år 50 cm i lengde/tresteg
satssone 10+11+12 år 1m ” ”

Torsdag 25. September - BISLETT STADION kl. 18.00

Arrangører: IL i BUL, Sørkedalen IF, KFUM-Kameratene, IF Torodd, Linderud IL,
Bøler IF, Oppsal IF, Rustad IL, IL Heming, Ready, Royal Sport,
Torshov IK

MS/MJ 110mhekk(1.06.7)-3000m hinder(91.4)-60m-800m-lengde-stav
G 18/19: 110mhekk(1.00)-2000mhinder(91.4)-60m-800m-lengde-stav
G 17: 100mhekk(91.4)-2000mhinder(91.4)-60m-800m-lengde-stav
G 16: 100mhekk(91.4)-1500m hinder(76.2)100m-800m-lengde-stav

G 15 100mhekk(91.4)-1500mhinder(76.2)100m-800m-lengde-stav-kule(4)
 G 14: 80mhekk(84)-1500mhinder(76.2)-100m-800m-lengde-stav-kule(4)
 G 13: 80m-600m-lengde-diskos(0.75)
 G 12: 80m-600m-lengde-diskos(0.75)
 G 11: 60m-600m-diskos(0.6)- spyd(0.4)
 G 10: 60m-600m-diskos(0.6)- spyd(0.4)

KS/KJ 100mhekk(84)-2000mhinder(76.2)-60m-800m-tresteg-stav
 J 18/19: 100mhekk(84)-2000mhinder(76.2)-60m-800m-tresteg-stav
 J 17: 100mhekk(76.2)-2000mhinder(76.2)-60m-800m-tresteg-stav
 J 16: 80mhekk(76.2)-1500mhinder(76.2)60m-800m-tresteg-stav-
 kule(3)-diskos(1)
 J 15: 80mhekk(76.2)-1500mhinder(76.2)-60m-800m-tresteg-
 kule(3)-diskos(0.75)
 J 14: 1500mhinder(76.2)-60m-800m-høyde-diskos(0.75)
 J 13: 80m-600m-høyde-diskos(0.6)
 J 12: 80m-600m-høyde-diskos(0.6)
 J 11: 60m-600m-høyde-diskos(0.6)
 J 10: 60m-600m-høyde-diskos(0.6)

Satssone 13+14 år 50 cm i lengde/tresteg
 satssone 10+11+12 år 1m ” ”

Tirsdag 7. Oktober – LAMBERTSETER STADION kl. 18.00

Arrangører: Lambertseter IF, Bækkelagets SK og Oslo Friidrettskrets

MS/MJ 60m – 200m – 600m – 3000m – tresteg – diskos(2) – slegge(7.26)
 G 18/19: 60m – 200m – 600m – 3000m – tresteg – diskos(1.75) – slegge(6)
 G 17: 60m – 200m – 600m – 3000m – tresteg – diskos(1.5) – slegge(5)
 G 16: 60m – 200m – 600m – 3000m – tresteg – diskos(1.5) – slegge(5)
 G 15: 60m – 200m – 600m – 3000m – tresteg – diskos(1) – slegge(4)
 G 14: 60m – 200m – 600m – tresteg – diskos(1) – slegge(4)
 G 13: 60m – 200m – 600m – tresteg – diskos(0.75) – slegge(3)

G 12:	60m – 200m – 600m – lengde – kule(3)
G 11:	60m – 200m – 600m – lengde – kule(2)
G 10:	60m – 200m – 600m – lengde – kule(2)
KS/KJ	60m – 200m – 600m – 3000m – tresteg – diskos(1) – slegge(4)
J 18/19:	60m – 200m – 600m – 3000m – tresteg – diskos(1) – slegge(4)
J 17:	60m – 200m – 600m – 3000m – tresteg – diskos(1) – slegge(4)
J 16:	60m – 200m – 600m – 3000m – tresteg – diskos(1) – slegge(4)
J 15 :	60m – 200m – 600m – 3000m – tresteg – diskos(0.75) – slegge(3)
J 14:	60m – 200m – 600m – 3000m – tresteg – diskos (0.75) – slegge(3)
J 13:	60m – 200m – 600m – 3000m – tresteg – diskos(0.6) – slegge(2)
J 12:	60m – 200m – 600m – lengde – kule(2)
J 11:	60m – 200m – 600m – lengde – kule(2)
J 10:	60m – 200m – 600m – lengde – kule(2)

Satssone 13+14 år 50 cm i tresteg
Satssone 10+11+12 år 1m i lengde

B A R N E L E K E R 2008

O S L O O G A K E R S H U S

F R I I D R E T T S K R E T S E R

Barneleker er uoffisielle (ikke approberte) friidrettsleker for aldersklassene 7 – 10 år. Resultater som oppnås kan dermed ikke godkjennes som offisielle, f.eks. i kretsstatistikker. Yngste konkurranseklasse i friidrett er 10 år.

Oversikt over barneleker i Oslo og Akershus Friidrettskretser og bestemmelser

som gjelder alle arrangement:

KLASSER/ØVELSER:

G/J 2001-1998: 40m – 60m – 40m hk (0.68) – lengde – høyde –
liten ball – slengball - kule (1 kg) - terrengløp
Arrangøren velger øvelser.
Det konkurreres i enkeltklasser.
Alfabetisk resultatliste

Startblokker/piggsko: IKKE TILLATT
Premiering: ”NOE TIL ALLE”
Startkontingent: Kr. 40.- pr. øvelse
Påmelding: På startkort og påmeldingsskjema

DE FORSKJELLIGE ARRANGEMENT:

ONSDAG 14/5

ØSTENSJØLEKENE Trasopalliansen på
Trasop Idrettsplass kl. 18.00
Øvelser: 60m-lengde-liten ball
Påmelding/frist: 7/5 Arnvid Kavli,
Nøklesvingen 61, 0689 Oslo
Startkontingent pr. øvelse: Kr. 40.-/bg. 0532 10 99027
samme adresse
Telefonkontakt: 22 28 93 59 - Ellingsen

TORS DAG 22/5

TYRVINGS VÅRLEKER Idrettslaget Tyrving på
Nadderud stadion kl. 18.00
J/G 2–12 år 60m-lengde-høyde-ball
Øvelser: kr. 100.- for alle fire øvelsene
Startkontingent pr. øvelse: På stadion fra kl. 17.00
Påmelding/frist: 918 54 384 – Kirsten Larsen
Informasjon: e-post: tyrving@tyrving.idrett.no

MANDAG 9/6

BÆKKELAGETS Bækkelagets Sportsklubb på
BARNELEKER - Sportsplassen kl. 18.30
Øvelser: 60m – lengde – liten ball
Påmelding/frist: 2/6 Jon Olav Viste, Dalheimveien 1,
0198 Oslo. Etteranmelding tas.
Startkontingent pr. øvelse: Kr. 40.-/bg 6001.06.61458 samme adr.
Telefonkontakt: 22 95 89 67a/22 29 79 84 p – Viste
E.post: j-ovist@online.no

ONSDAG 27/8

ØSTENSJØLEKENE Trasopalliansen på

Øvelser:
Påmelding/frist: **20/8**

Startkontingent pr. øvelse:
Telefonkontakt:

Trasop Idrettsplass kl. 18.00
60m-lengde-liten ball
Arnvid Kavli,
Nøklesvingen 61, 0689 Oslo
Kr. 40.-/bg. 0532 10 99027
samme adresse
22 28 93 59 - Ellingsen

LØRDAG 30/8

TYRVINGS BARNELEKER

J/G 2–12 år

Øvelser:
Påmelding/frist:
Startkontingent pr. øvelse:
Informasjon:

Idrettslaget Tyrving på
Nadderud stadion kl. 1200
60m-lengde-høyde-ball
Påmelding på stadion fra kl. 11.00
Kr. 100.- for alle fire øvelsene
Tlf. 918 54 384 – Kirsten Larsen
e-post: tyrving@tyrving.idrett.no

LØRDAG 30/8

BØLERS BARNELEKER

Øvelser:
Påmelding/frist: **23/8**

Startkontingent:
Telefonkontakt:

Bøler Idrettsforening på
Haraløkka kl. 13.00
60m-lengde-liten ball
Odd Egil Kanestrøm,
Bingemyrveien 1, 1555 Son
Kr. 40.- /bg. 0535 4080909 samme adr.
473 52 097 – Per Inge Østmoen
990 92 341 – Jan Erik Moe

MANDAG 8/9

STOVNERS BARNELEKER

Øvelser:
Påmelding/frist: **1/9**

Startkontingent pr. øvelse:
Telefonkontakt:

Stovnerkameratene på Stovnerbanen
kl. 18.00
60m – lengde eller høyde – liten ball
Stovnerkameratene
v/Steinar Davidsen, Stovnerveien 46,0982 Oslo
Kr. 40.- bg. 7089.05.00194 samme adr.
Mobil: 928 94 243 - Davidsen
e-post: steinar.davidsen@tele2.no
Tlf. 22 88 50 49 a - Lønnquist