



*Inviterer til*

## TROMSØ INDOOR

Åpent NORDNORSK MESTERSKAP  
Junior og Senior

og

TROMSØLEKENE  
Rekrutt – 14 år

**29. - 30. januar 2011**

i samarbeid med



www.friidrett.no

**MEDLEMSKLUBB**



**SAGA, TROMSØ**  
BY CHOICE HOTELS

IL i BUL-Tromsø, Friidrettsgruppa, Postboks 43, 9251 Tromsø  
Kontaktperson: Stevneleder Jan Schjetlein, telefon 77 60 70 15  
Bankkonto nr. 0539 53 67937 - Hjemmeside: [www.bul-tromso.no](http://www.bul-tromso.no) (friidrettsgruppa)

## **Påmelding:**

Online påmelding på [www.minidrett.no](http://www.minidrett.no) innen 17. januar 2011.

Påmelding på annen måte og etteranmelding kan aksepteres på mail til [tromsoindoor2011@bul-tromso.no](mailto:tromsoindoor2011@bul-tromso.no) under forutsetning av at det brukes NFIF's samlelister eller annen liste med fullstendige opplysninger (navn, klubb, fødselsdato, øvelser).

Etteranmelding aksepteres kun hvis det er ordinært påmeldte utøvere i øvelsen og i løp kun hvis det er ledig plass i heat.

**Det regnes dobbel startkontingent for etteranmelding og påmelding via mail.**

**Etteranmelding/bytting av øvelser stevnedagen godtas ikke.**

## **Startkontingent:**

NNM: Kr 100,- pr øvelse  
Tromsølekene: Kr 75,- pr øvelse  
For rekrutter (0-10 år) kr 75,- for tre øvelser.

Startkontingenten betales innen påmeldingsfristen til konto nr. 0539 53 67937

## **Tidsskjema:**

Tidsskjema legges på BULs hjemmeside når det er klart (ca 20. januar).

## **Premiering:**

**NNM:**  
NNM-medaljer til de tre beste i hver øvelse.

## **Tromsølekene:**

11-14 år: Medalje til de tre beste i hver øvelse.  
Rekrutt: En deltagermedalje til alle uansett antall øvelser.

Det dels ut bestemannspremier både i NNM og i Tromsølekene.

## **Startlister:**

Startlister alle øvelser slås opp i hallen

## **Resultatservice:**

Resultatene slås opp fortløpende på tavle i hallen etter registrering i sekretariatet. Etter stevnets slutt publiseres resultatlistene på [www.bul-tromso.no](http://www.bul-tromso.no) (friidrettsgruppa)

Lagene får tilsendt fullstendig resultatliste når den foreligger.

## **Teknisk gjennomføring:**

**Opprop: Det blir opprop på 60m og 400m i NNM. Oppropslister tas ned en time før start.** Ikke opprop i andre øvelser.

**Løp:** Ulike klasser og kjønn kan bli plassert i samme heat på 800m, 1500m og 3000m hvis det er få påmeldte.

Heatene i NNM seedes på grunnlag av oppgitte bestetider på oppropet (60m og 400m).

**Høyde og stav:** Starthøyde i høyde og stav NNM senior er fastsatt i eget reglement og er 1,60 / 2,50 for menn senior og 1,30 / 2,00 for kvinner senior.  
Fri begynnerhøyde for junior.

## **Lengde og tresteg:**

NNM: 6 forsøk  
Tromsølekene: 3 forsøk

## **Kule:**

NNM: 6 forsøk  
Tromsølekene: 3 forsøk

## **Baneforhold:**

Tromsøhallen har 160m rundløpebane med 4 baner på 400m og 8 baner på 60m.  
Hallen har pulastic banedekke og kun flate pigger er tillatt på skoene, maks. 6 mm.

*Vis hensyn under oppvarming, da det er begrenset plass inne i hallen.*

## **Stevnestart:**

**Lørdag kl.10.00** – slutt 17.00 (senest).  
**Søndag kl.09.00** – slutt 13.00 (senest).

## Øvelsesutvalg og klasser:

Man deltar i den klassen som tilsvarer den alderen man fyller i 2011. D.v.s. at fyller man 13 år i 2011, så deltar man i klasse 13 år. Rekruttklassen er åpen for alle til og med 10 år (født 2001 eller senere).

### NNM:

Etter avtale med Friidrett i Nord (FIN) arrangeres NNM i følgende klasser og øvelser:

#### **Kvinner og menn senior** (20 år og eldre)

#### **Kvinner og menn junior** (15 – 19 år)

Lørdag: 60m, 800m, 3000m, lengde, stav og kule.

Søndag: 60m hekk, 400m, 1500m, høyde og tresteg.

#### **Tromsølekene**

#### **Jenter og gutter rekrutt** (0 – 10 år)

Lørdag: 60m, kule og lengde.

#### **Jenter og gutter 11 og 12 år:**

Lørdag: 60m, kule og stafett

Søndag: 600m, lengde og høyde.

#### **Jenter og gutter 13 og 14 år:**

Lørdag: 60m, 1500m, kule, lengde og stafett

Søndag: 60m hekk, 600m og høyde.

#### **Stafett:**

4 ganger en runde.

2 gutter og 2 jenter på hvert lag.

Maks sammenlagt alder 52 år.

Stafetten er for klassene 11-14 år.

Påmelding til stafetten senest 2 timer før start.

Ingen startkontingent for stafettlag. Det er åpent

for å melde på blandede lag (lag fra flere klubber).

## Kafé

Det blir kafé i hallen begge dager med salg av varm og kald drikke, frukt, kaker, vafler, pølse/m brød og middag (lørdag).

## Overnatting i Tromsø:

Vi har inngått avtale med Quality hotell Saga, og er veldig glad for å kunne tilby følgende priser på overnatting:

Enkeltrom kr 600,-

Dobbelrom kr 700,-

Trippelrom kr 900,-

Prisene er per rom og inkluderer frokost.

Hotellet serverer også middag (15:00-17:00)

og kveldsmat (18:00-21:00) til en rimelig pris.

Reservasjon av rom på Saga gjøres på mail til

[tromsoindoor2011@bul-tromso.no](mailto:tromsoindoor2011@bul-tromso.no) eller tlf 77

60 70 15, helst innen påmeldingsfristen.

## ”Bankett”:

Alle deltagere og ledere inviteres til ”bankett”

på BUL-Huset lørdag kveld kl 18:00 – 21:00.

BUL-Huset ligger i underetasjen på Saga

hotell. Det vil selges billetter som dekker mat

og drikke i kafeen i Tromsøhallen lørdag. Det

serveres pizza.

Vi vil være meget takknemlig om det meldes

fra i god tid til [hilde.tossebro@arnesen.no](mailto:hilde.tossebro@arnesen.no)

omtrent hvor mange fra hver klubb som vil

delta på dette.

## Lagledermøte:

Det arrangeres lagledermøte i tilknytning til

”banketten”.

## Transport til Tromsøhallen:

Buss (rute 24) ca 200m fra Saga hotell i

Fredrik Langes gate ved hjørnet mot Storgata.

Avganger lørdag 8:23, 8:58, 9:33, 9:50, 10:08,

10:25.

Det går ikke buss søndag morgen, men om

tilstrekkelig mange ønsker det, kan vi sette opp

egen buss fra Saga hotell. Meld fra om dette er

ønsket – med antall - på mail til

[tromsoindoor2011@bul-tromso.no](mailto:tromsoindoor2011@bul-tromso.no) innen 15/1.

## Kontaktpersoner:

Stevneleder Jan Schjetlein,

Mobil: +47 905 70 469

E-post: [jan@schjetlein.com](mailto:jan@schjetlein.com)

Ass. stevneleder Morten Trane

Mobil: +47 997 96 489

E-post: [mtrane@hotmail.com](mailto:mtrane@hotmail.com)