



# IL Ilar friidrett

Friidrettsgruppa har gleden av å innby til:

## **ILAR - STAFETTEN**

**Tidspunkt:** **Torsdag 31. mai 2012 kl. 18.30** ved Nesseby skole/Nesseby grusbane. Kafé og premieutdeling på grendehuset.

**Klasser:** Rekruttklasse for barn under 11 år - 3 deltakere på laget - hver etappe ca 80 m på grusbanen. Alle løper to etapper hver. Deltakermedalje til alle.

Ungdomsklasse - 3 løpere på hvert lag og 6 etapper fra 250 - 600 m. Løperne skal løpe 2 etapper hver. Det må være minst en av hvert kjønn, en jente/to gutter eller motsatt. Samlet alder må ikke overstige 42 år (husk at ti-åringer regnes som 11 i denne sammenhengen). Ingen løpere må være over 16 år.

- 1.etappe: 240 m - flatt
- 2.etappe: 600 m - motbakke, lett utfor, grus/asfalt
- 3.etappe: 430 m - flatt
- 4.etappe: 200 m - flatt - (1.etappeløper)
- 5.etappe: 570 m - flatt - (2. etappeløper)
- 6.etappe: 400 m - flatt - (3. etappeløper)

Traseen er lagt opp slik at løperne ikke har problemer med å forflytte seg mellom vekslingsfeltene. Medalje i gull, sølv og bronse til de 3 beste lag.

**Startkont.** Rekruttklasse: Startkontingent kr. 100,- pr. lag. Ungdomsklasse: Startkontingent kr. 250,- pr. lag. Betales inn på konto nr. 4930.30.09115

**Påmeldingsfrist:** **Tirsdag 29. mai kl. 23.59** til e-post: [pettersen.charles@gmail.com](mailto:pettersen.charles@gmail.com)

**Stevneleder:** Kjell-Harald Erichsen

*Vel møtt til Ilar - stafetten*

*Hilsen friidrettsgruppa IL Ilar*

