



Postadresse: **Sarpsborg IL friidrett**
Boks 91, 1701 Sarpsborg
Org.nr. 975 470 296
<http://www.sarpsborgil.no/friidrett>
Bankkonto friidretten: 1090.07.54278
Kalnes Friidrettstadion,
Sandtangen 85, 1712 Grålum

Utøverinformasjon - Olavslekene 2026

- Det er elektronisk avkrysning for alle løpsøvelser fra og med klasse 11 år (utøvere/oppmenn mottar en e-post med link). Oppropsfrist er 2 timer før øvelsesstart, det er mulig å registrere opprop fra kl 19:00 dagen før øvelsen.
- For aldersklassene 6 - 10 år er det opprop i løpsøvelser ved start så snart forrige heat er ferdig, eller 10 min før start.
- Opprop i tekniske øvelser 15 min før start på øvelsesstedet.

Hopp:

- I lengde avholdes tre forsøk for 6-12 år. 6 forsøk avholdes for 13 år til senior, med ny hopprekkefølge før siste tre omganger, dersom tidsmessig anledning. Satssone 6-13 år.
- I høyde heves listen fortrinnsvis 5cm av gangen, og starthøyde avtales med øvelsesleder.
- I stav heves listen fortrinnsvis 10cm av gangen, og starthøyde/avstand avtales med øvelsesleder.

Kast:

- 3 forsøk for 6-12 år. Det benyttes kastmerker i spyd.
- 6 forsøk for 13 år til senior: Ny rekkefølge 3 siste forsøk, dersom tidsmessig anledning.
- Det er ikke tillatt med spydoppvarming på indre bane, utover prøvekast. Eventuell oppvarming foregår på gressbanen i søndre sving (mot Kalneshallen).
- Diskos/Slegge: Det er svært mange påmeldt, og det er derfor viktig at utøvere møter presist.

Premieutdelinger:

- Én deltagerpremie til alle 6-12 år ved innlevering av startnr. ved premiepallen på gresset.
- Medalje til de tre beste i hver øvelse fra og med 11 år og eldre. Disse vil foregå fortløpende på speakers annonsering.
- NB! Vi trekker ut "perseppremie" begge dager til en utøver som har satt ny personlig rekord. For å være med i trekningen, fylles et skjema ut der du hentet startnummer.

Øvrig informasjon:

- Utøvere fra 18 år og oppover kan bli påkrevd skokontroll etter gjeldende internasjonale skoregler.
- Private kastredskaper kontroll-veies i arrangementshuset ved mållinjen senest én time før start.
- Sarpsborg IL følger Norges Friidrettsforbunds øvelsesutvalg og nasjonale bestemmelser.
- Det gjennomføres et loddsalg både lørdag og søndag med mange flotte premier som gevinst.
- Adgang indre bane er kun for deltagere og funksjonærer. Trenere kan benytte eventuelle anviste plasser. Av sikkerhetshensyn skal oppvarming IKKE foregå på gresset på indre bane.
- Etteranmelding på stevnedagen er som hovedregel ikke tillatt.
- Toaletter i Kalneshallen i tillegg til stadion. Garderober finnes i Kalneshallen.
- Det er åpen kiosk lørdag og søndag på stadion.



Postadresse: **Sarpsborg IL friidrett**
Boks 91, 1701 Sarpsborg
Org.nr. 975 470 296

<http://www.sarpsborgil.no/friidrett>

Bankkonto friidretten: 1090.07.54278

Kalnes Friidrettstadion,
Sandtangen 85, 1712 Grålum