****

**TERMINLISTE SESONGEN 2017**

**Norsk friidrett Aust og Vest Agder**

Alle arrangementer i terminlista skal også legges inn i terminlista til friidrettsforbundet via Sportsadmin eller mosjon.friidrett.no. Det er arrangørenes ansvar. Det er informasjonen i forbundets terminliste som er den endelige og korrekte. For at stevneresultatene skal bli godkjent skal arrangementene registreres og godkjennes av NFIF. Det er arrangørens ansvar for at dette blir gjort.

I alle stevner som går på bane skal det betales lisens og arrangøren er pliktig til å kontrollere dette. For løp utenom bane godkjennes det også at det betales engangslisens. Resultatlistene skal lages etter NFIF godkjent mal, ellers vil de ikke automatisk bli lagt inn i nasjonal statistikk. Se på NFIF sine hjemmesider hvordan resultater skal rapporteres.

Terminlista for 2017 vil bli publisert i «papirformatet» på kretsens hjemmeside- adresse https// www.friidrett.no/agder. Forandringer må gjøres via sportsadmin eller mosjon.friidrett.no. Lista sendes lag og enkeltpersoner som ønsker det. Spørsmål om arrangementene rettes direkte til kontaktpersoner for lagene eller til daglig leder i AAFIK og VAFIK Jon Fjeld – på mail [jonbesse.fjeld@friidrett.no](mailto:jonbesse.fjeld@friidrett.no) eller på telefon 41227209

**Utgave 5.april**

**Norsk Friidrett Agder**

**Aust og Vest Agder Friidrettskretser**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Kontakttelefoner og mailadresser til lag og arrangører:**

**Klubber i Aust-Agder**

Birkenes IL Oddvar Glidje (hovedlaget) [o-gli@online.no](mailto:o-gli@online.no) 95159514

Dristug IL [post@dristug.no](mailto:post@dristug.no)

Dypvåg IL Britt Elisabeth Fossdal britt@designkokken.no

Dølemo IL [e-baas@frisurf.no](mailto:e-baas@frisurf.no)

IL Express Henrik Kofoed Nielsen [henrikkn@uia.no](mailto:henrikkn@uia.no) 91873543

Gjerstad IL Fredrik Hafredal fredrikhafredal@hotmail.com

Gjeving IL Fredrik Marcussen [fmarcussen@yahoo.com](mailto:fmarcussen@yahoo.com) 90945321

IL Grane Bjarne Tufte [bjarne.tufte@ae.no](mailto:bjarne.tufte@ae.no) 90933565

IL Grane Arild Uldal [arilduld@online.no](mailto:arilduld@online.no) 99399261

IL Gry Per Helge Aas

IL Gry Linda Vegusdal Stølen [li-stoel@online.no](mailto:li-stoel@online.no) 99549982

Herefoss IL Hans Topland [hetopland@hotmail.com](mailto:hetopland@hotmail.com) 99788350

Hope IL Knut Jørgen Hope [knutjhope@gmail.com](mailto:knutjhope@gmail.com)

Hope IL Trine Jacobsen [trijacobe@gmail.com](mailto:trijacobe@gmail.com) 91526398

Hovden Sportsklubb Micke Paalson [mickepaalsson@hotmail.com](mailto:mickepaalsson@hotmail.com) 91745612

Idun IL Morten Gregersen [mogrege@online.no](mailto:mogrege@online.no) 41502827

LIL Carl John Hansen [c-john@online.no](mailto:c-john@online.no) 45258973

Iveland IL Torstein Bærheim [t-baerheim@hotmail.no](mailto:t-baerheim@hotmail.no) 37961821

Otra IL Odd Harald Robstad [odd.harald.robstad@vabb.no](mailto:odd.harald.robstad@vabb.no) 47452140

Otra IL Olav Magne Tveitå [olavtveitaa@gmail.com](mailto:olavtveitaa@gmail.com) 90586766

Risør ski og skøytekl. Thomas Axelsen thomas.axelsen@vegvesen.no

Rygene IL [rygeneil@live.no](mailto:rygeneil@live.no)

Sørild FIK Roar Flatland roar.flatland@gmail.com 48114858

Sørild FIK Karen Ellegård Fjermeros [K-aksne@online.no](mailto:K-aksne@online.no) 9093632

IL Sørfjell Per Erik Hansen p-ehans@online.no 41213029

Strengereid IL Ken Ellingsen [ken\_ell@hotmail.com](mailto:ken_ell@hotmail.com) 41522565

Tvedestrand T &IF Gunnar Bjørn Solfjeld [gbs@tamail.no](mailto:gbs@tamail.no) 97542224

Tvedestrand T&IF Asbjørn Solfjeld [asbjorn@solfjeld@online.no](mailto:asbjorn@solfjeld@online.no) 97424644

Valle IL Anne Liv Lidtveit [post@valleil.no](mailto:post@valleil.no) 99386630

Varild IL Laila Nylund [lanylund@hotmail.com](mailto:lanylund@hotmail.com) 99211769

Vegårshei IL Inge Lines

Vegårshei IL triatlon [sveinungass@outlook.com](mailto:sveinungass@outlook.com)

Ø Tromøy T&IK Geir Svendsen [geisven@online.no](mailto:geisven@online.no) 95819204

kretsstyret

AAFIK John Skaare

**Klubber i Vest-Agder**

Bjelland IL Siri T Solås [siritrygsland@hotmail.com](mailto:siritrygsland@hotmail.com) 97182401

FIF Johan Kåre Mathiassen [jokaare@online.no](mailto:jokaare@online.no) 48108232

Fjotland IL Anette Sanden Engedal [anettesanden@hotmail.com](mailto:anettesanden@hotmail.com) 97709903

Framsteg IL Erling Haugeland [ilframsteg@live.no](mailto:ilframsteg@live.no) 97070345

Giv Akt Tellefsen [post.givakt@gmail.com](mailto:post.givakt@gmail.com)

Gyland IL Anja Lyding 95293736

Harkmark IL Jan Olsen [j-olse5@online.no](mailto:j-olse5@online.no) 97768131

HIL Tor Ingvar Njerve [tinjerve@gmail.com](mailto:tinjerve@gmail.com) 45275697

HIL Steinar Jacobsen [sjsteinar0@gmail.com](mailto:sjsteinar0@gmail.com) 93640291

Holum IL Gunn Storsveen gunn.storsveen@hotmail.com 40213504

Holum IL Tormod Svindstad

KGK Ole P Saugen [psaugen@online.no](mailto:psaugen@online.no) 92031749

Kristiansandsvandrerne Kari Mestad [psaugen@online.no](mailto:psaugen@online.no) 97027803

KIF Inger Steinsland [ib.steinsland@gmail.com](mailto:ib.steinsland@gmail.com) 90507725

KLK Finn Kollstad [finn@kollstad.as](mailto:finn@kollstad.as) 48999300

Konsmo IL Ricard Håland [Ricard.haland@gmail.com](mailto:Ricard.haland@gmail.com) 91695713

Kvinesdal IL Jan Rob [kv-il@frisurf.no](mailto:kv-il@frisurf.no) 97140020

Kvinesdal IL Eva Gotheim [evagotheim@gmail.com](mailto:evagotheim@gmail.com) 99161548

Kvås IL Jan Rune Birkeland [jrb@birkelandbruk.no](mailto:jrb@birkelandbruk.no) 90845384

Lista IL Frank Andersen 90596563

Lista IL Rune Grimsby [rune.grimsby@vabb.no](mailto:rune.grimsby@vabb.no) 91869684

Lyngdal IL Torrey Enoksen [torrey@online.no](mailto:torrey@online.no) 90823330

Lyngdal IL Jens Arild Johannessen [jens.arild.johannessen@e-h.kommune.no](mailto:jens.arild.johannessen@e-h.kommune.no)

Marnadal IL Ruth Ramsland Møll [rutti0103@yahoo.no](mailto:rutti0103@yahoo.no) 93445592

MHI Kalle Glomsaker [kalle@maraton.no](mailto:kalle@maraton.no) 90132838

MHI Tor Evert Bentsen [teb@l-a.no](mailto:teb@l-a.no) 91853336

MHI Astrid Fredriksen astrsr@hotmail.com

Spangerieid IL Håkon Hjellup [haakon.hjellup@gmail.com](mailto:haakon.hjellup@gmail.com) 90871576

Søgne IL Kristen Fløgstad [kristen.flogstad@yahoo.no](mailto:kristen.flogstad@yahoo.no) 91755986

Søgne IL Jon Fjeld [jon.b.fjeld@uia.no](mailto:jon.b.fjeld@uia.no) 41227209

Tonstad IL nils.inge.gauthun [nils.inge.gauthun@gmail.com](mailto:nils.inge.gauthun@gmail.com) 90157011

IL Vindbjart Per Erik Malterudbakken [pererikmalterudbakken@hotmail.com](mailto:pererikmalterudbakken@hotmail.com)

IL Vindbjart Thom Gunnulfsen [thom@gunnulfsen.com](mailto:thom@gunnulfsen.com)

Vigmostad IL Maria Lea Hennestad [marialeahe@hotmail.com](mailto:marialeahe@hotmail.com)

IK Våg Elke Udelhoven elke.udelhoven@outlook.com 48208901

IKVåg Espen Andve 38087287

IK Våg Frank Oscar Andersen [frakoscar.andersen@hotmail.com](mailto:frakoscar.andersen@hotmail.com) 91347994

Åseral IL Kristine Forgard [fkristineh@hotmail.com](mailto:fkristineh@hotmail.com)

Åseral IL Jan Oddvar Lindeikro [jol@aseral.kommune.no](mailto:jol@aseral.kommune.no) 90176450

**Terminliste for april - desember 2017 Aust- og Vest-Agder Friidrettskrets**

**April**

**Lørdag 01.04.**

**Arendalsstafetten**  Grane

Arendal sentrum

kl. 15.00: Start og vekslinger i Kirkegata, Arendal

Rekruttklasse: 4 x 290 m,

10-11 år, 12-14 år, kort løype, 4 etapper

15 år og eldre: lang løype, 4 etapper.

Egen innbydelse er sendt til lagene. Påmelding innen 12.april

Kontaktperson: Tønnes Kristian Larsen 94144223

Startkontingent: kr. 300.- for lag i aldersbestemte klasser, kr. 400.- for øvrige.

**Lørdag-søndag**

**01.04- 02.04.**

**NM Terrengløp**  Strandebarm

**Onsdag 19.04.Gangstevne 1 km vei** Kristiansand Gangklubb

Kl. 17.30 Kristiansand Stadion

**Lørdag 22 04**

**Fevik halvmaraton** IL Express

kl.14.00 Fevik stadion

Påmelding senest 23.april eller på startstedet 30 min før start.

E-post [henrikkn@uia.no](mailto:henrikkn@uia.no), eller tlf. 37048789. Medarrangør KRIK

**Lørdag 22.04.**

**Kristiansand Ultra** Krs. Løpeklubb

Startsted: Aquarama Krsand Kristiansand

Ultraløp i terrenget rundt Kristiansand. Det løpes over

Bymarka og Skråstad. Distanser 20 km og 60 km

Start:

kl. 08.00 KRS Ultra 60 km,

kl. 11.00 AQ Tangen Mini (barneløp)

kl. 12.00 AQ Bymarka 21 km

Nettside : [www.krsultra.no](http://www.krsultra.no)

Kontaktperson : Thomas Øderud, [thomas@oderud.com](mailto:thomas@oderud.com), tlf 95836581

**Lørdag 22.4**

**Hamburg Maraton**

Ta kontakt med Kalle Glomsaker for turinfo.

**Søndag 23.04.**

**Tvedestrandstafetten**  TT&IF

kl. 15.00 Tvedestrand barneskole

4 etapper i alle løyper og klasser

Rekruttløype: 10 år

Kort løype: 12-14 år

Mellomløype: 16 år, alle kvinneklasser og Trim kvinner og menn

Langløypa: Alle klasser for menn junior, senior, veteran og bedrift

Startkontingent: kr. 250.- lang løype (menn jr, sen, vet og bedrift)

kr. 200.- kvinner – J 16 og G 16.

kr. 150.- i øvrige klasser

Påmelding innen . april til:

TT&IF friidrett v/ Gunnar B. Solfjeld, 4900 Tvedestrand tlf. 37162641/ 97542224

e-post: gbs@getmail.no

Asbjørn Solfjeld, tlf. 37162686/ 97424644 e-post: [asbjorn@solfjeld.no](mailto:asbjorn@solfjeld.no)

Egen innbydelse sendes lagene.

**Tysdag 25.04**

**Terrengkarusell Setesdal løp nr.1**  Otra IL

kl.18.30 Hornnes stadion

Påmelding ved start fra 17.15-18.15

Startkontingent: Barn kr. 30.-, voksne over 16 år kr. 50.-, familie kr. 100.-

Kontaktperson: Odd Harald Robstad [odd.harald.robstad@vabb.no](mailto:odd.harald.robstad@vabb.no)

**Tirsdag 25.04**

**Klubbmesterskap terrengløp**  Søgne IL

kl. 18.00: Påmelding før start Tangvall

Distanser:

Under 8 år: 500 m

8 - 12 år: 1000 m,

13 -14 år: 1500 m,

15 år + sen og veteraner 3 km

Jon Fjeld 41227209, Kristen Fløgstad

**Onsdag 26.04.**

**Klubbmesterskap i terrengløp** MHI

Lysthuset Furulunden Mandal

Kl. 18

**Onsdag 26.04**

**Treningsstevne** HIL

Kl.18.30 Kristiansand Stadion

**Lørdag 29.04.**

**Furulundstafetten** MHI

kl.14.00 Lysthuset, Furulunden Mandal

Ministafett 6-9 år starter kl 14.00

Deretter kort løype og til slutt lang løype

Innbydelse er sendt alle lag med klasser, løyper mv.

Startkontingent alle lag kr. 300

Henvendelse til : Kalle Glomsaker 90132838 – Tor Evert Bentsen 91853336

Påmelding innen 26. april til [teb@l-a.no](mailto:teb@l-a.no)

**Søndag 30.04**

**Treningssamling 13-14 og 15+** Otra/AAFIK Hornnes stadion

Invitasjon sendes ut.

**Søndag 30.04 Treningsstevne stav** AAFIK Se NFIF terminliste Hornnes stadion

**Mai**

**Tysdag 02.05 Otra**

**Terrengkarusell Løp 2 i Setesdal** Evje Stadion

Opplegg som løp nr. 1,

men KM innlagt i de klasser som det er KM for

**Tirsdag 02.05**

**Kretsmesterskap i terrengløp Aust og Vest Agder Otra**

Kl 18.30Evje stadion

Alle klasser fra 10 år til og med veteran

Påmelding til Odd Harald Ropstad på mail innen 29. april eller ved start som i vanlig

Karusell fra kl. 17.30 -18.15.

For å delta i KM må du være medlem

av friidrettsklubb

Distanser: 10- 12 år: 900 m,

13 -14 år: 1800 m,

15 år + sen og veteraner 3,6 km

Startkontingent som i karusellen. Betaling ved start.

**Søndag 07.05** **Løpsstevne 3000 m/5000 m**

**med innlagt KM veteraner Aust og Vest Agder stevne nr. 1** IL Express

kl.14.30 Påmelding før start Fevik Stadion

Øvelser: 3000 m og 5000 m for kvinner og menn

KM 5000 m for veteraner, Agder

Kontaktperson: Henrik Kofoed Nielsen [henrikkn@uia.no](mailto:henrikkn@uia.no) eller [telf 37048789](Tel:37048789)

**Tirsdag 09.05**

**Terrengkarusellen Setesdal løp 3 Otra IL**

Byglandsfjord skule

**Onsdag 10.05**

**Tinestafetten**

Tvedestrand, Evje, Grimstad, Arendal, Mandal, Vennesla, Lyngdal, Kr.sand.

Lyngmyr Stadion kl 09.30 Tallak Olav Grytting,Lyngmyr skole

Lunderød Stadion kl. 09.00 Arild Uldal, Birkenlund skole

Evje Stadion kl. 12.15 Tony Halsall

Levermyr Stadion kl. 11.00 Roar Flatland

Idrettsparken Mandal kl. 11.00 Bjørn Arild Hovstøl, Blomdalen Lyngdal Stadion kl. 11.00 Torrey Enkosen

Kr.sand Stadion kl. 11.00 Tor Ingvar Njerve

Vesterdalen skole kl. 09.00 Siv E Glendrange

Vennesla se.30 mai kl. 09.00 Ole Wilhelmsen

**Onsdag10.05**  **HIL – treff** Hannevika IL kl. 18.30 Kristiansand stadion

Øvelser: 100 m, 800 m, lengde, l.u.t, kule

**Onsdag 10.05** **Gangstevne** KGK

kl.17.30 Kristiansand stadion

Øvelse:3000 m, kontaktperson: Ole Petter Saugen

**Lørdag 13.05 Holmenkollstafetten**  Oslo

**Lørdag 13.05 Treningsstevne stav KIF**

Info Harald Sverre Breivik Kristiansand stadion

# Søndag14.05 Grimstadlekene Kretskarusellstevne nr. 1 Agder Sørild FIK

# kl. 12.00 Levermyr stadion

**Øvelser:**

Jenter og gutter:

10 ÅR: 60 m 600 m lengde, kule

11 ÅR: 60 m 600 m lengde, kule

12 ÅR: 60 m 600 m høyde, kule

13 ÅR: 60 m 600 m lengde, kule

14 ÅR: 60 m 600 m høyde ,kule

15 ÅR: 100 m 800 m lengde, spyd,

16 ÅR: 100 m 800 m høyde, spyd,

17 ÅR jenter og gutter spyd, høyde

Senior 100 m,400 m,800 m, lengde, spyd

Hekk:

J 15 80 m(76.2) G 15 100 m(84 cm)

J 16 80 m(76.2) G 16 100 m (91,4 cm)

J 17: 100 m (76.2 cm) G 17/19: 110 m (100 cm)

KS: 100 m (84 cm) MS: 110 m (106.7 cm)

Utover dette stiller utøvere over 16 år som senior.

Startkontingent: 10 – 15år: Kr. 75,- pr. øvelse

16 år og eldre: Kr. 100,- pr. øvelse

Opplysninger: Karen Ellegaard Fjermeros k-aksne@online.no Påmelding online Sportsadmin eller min idrett innen 07.05.2017

Startkontingent sendes bankgiro: 2800.26.28939

Stevnet er åpent for funksjonshemmede med følgende øvelser: 60 m, lengde og ball.

**Tirsdag 16.05**

**Terrengkarusellen Setesdal løp 4** Gry IL

Kl. 18.30 Engesland skole

**Tirsdag 16.05 Skifjelløpet**  Lillesand IL

Kontakt Lillesand IL Carl John Hansen for info.

**Lørdag 20.05** **Lyngdalslekene. Innlagt slegge- og diskosring stevne nr. 1** Lyngdal IL

Start kl. 12 Lyngdal stadion

Nasjonalt stevne,

Øvelser: 10-14: 60 m, 600 m, lengde, slegge, diskos. +13-14: 1500 m

15 år og eldre: 100 m, 200 m, 400 m, 1500 m, lengde, tresteg, slegge og diskos

Startkontingent: 10-14 år: kr. 75,-pr øvelse, 15 år og eldre: 100,-

Startkontingenten overføres til konto 3085.30.16922 sammen med påmeldingenk

Påmelding: online min idrett/sportsadmin

Kontaktperson: Torrey Enoksen

**Lørdag– søndag**

**20. - 21.05**  **NM stafetter på bane** Hamar lL Se invitasjon NFIF terminliste og egen nettside**.**

**Lørdag-søndag**

**20. -21.05 NM Mangekamp**  Indre Arna

Se arrangørens hjemmeside for info**.**

**Tirsdag 23.05**

**Terrengkarusellen Setesdal løp 5**  Gry IL

Engesland skole

**Onsdag 24.05** **HIL TREFF med innlagt slegge og diskosring nr.2**  HIL

Kl.18.30 Kristiansand stadion slegge og diskos alle klasser fra 10 år,

Andre øvelser: 200 m, 1500 m,

tresteg, diskos, slegge.

Kontakt Tor I Njerve

**Torsdag 25.05 Mosjonsarrangementet «Tjomsevannet» Inngår i Quart Challeng** Søgne IL

Søgne vgs

Start og mål på Søgne vg. skole. Påmelding før start.

Start fra kl.11.30: **Tjomsevannet rundt**: 6.5 km, **uten tidtaking**

Startkontingent: kr. 100.-, familier: max. kr. 300.-

Må være i mål senest kl. 14.00 (premieutdeling)

Start kl. 12.30: **”Lille Tjomsevannet”**

Terrengløp for barn 8/9 - 12 år: 1500 m.

Startkontingent: kr. 50.-.

Start kl. 12.40: Barneløpet ”**Bitte lille Tjomsevannet”**

Terrengløp for barn fra 4 år til 7/8 år: 400 m.

Startkontingent: kr. 20.-.

**Mosjonsløp** «**Tjomsevannet Rundt» Inngår i Quart Challenge**

Start kl. 13.00: 6.5km

Startkontingent: kr.100.- + engansgslisens kr.20.-.

Alle får minnepremie ved målpassering

Premieutdeling ca kl. 13.50. Trekning på startnummer.

Kontaktperson Jon Fjeld 41227209

Se også invitasjon på Quartlekene sine sider og på Tjomsevannet rundt sine hjemmesider

**Torsdag 25.05 Quart Hillrun**  KIF

Se invitasjon Quartleker Odderøya

**kl. 16.00 Start i Tresse , Kristiansand**

**Inngår i Quart Challenge**

**Fredag 26.05 Quartlekene**  KIF

Kl. 10-14 **Quart Barne run** Kristiansand stadion

Kl. 14.00 **Friidrettsstevne** Kristiansand stadion

Se invitasjon Quartlekene og Quarlekenes hjemmesider

Påmelding Min idrett/Sportsadmin.

Info post @quartleker.no og telefon 41247288

**Fredag 26.05 3000 m mosjonsløp** KIF

Innlagt i Banestevnet på Stadion Kristiansand stadion

Se invitasjon Quartlekene og Quartlekenes hjemmesider

**Lørdag 27.05 Quartlekene**  KIF

Kl.9.00 **Friidrettsstevne** Kristiansand stadion

Se invitasjon Quartlekene

Påmelding Min idrett/Sportsadmin

**Lørdag 27.05 Quart Nightrun** KIF

Kl.22.00 Kristiansand Stadion

Se invitasjon Quartlekene

**Lørdag 27.05** **Suleskard Maraton** Tonstad IL

Valle- Sirdal

**Lørdag 27.05** **Farsund Maraton** Lista IL

Farsund sentrum Mer info på Farsund maraton sine nettsider Farsund

**Søndag 28.05 Quartlekene**  KIF

Kl.9.00 **Friidrettsstevne** Kristiansand stadion

Se invitasjon Quartlekene

Påmelding Min idrett/Sportsadmin

**Søndag 28.05** **Tromøytrimmen** Østre Tromøy T&IK

. kl.14.00 Hoveleiren

NFIFs mosjonsklasser: 12 – 16 år, 17 – 29 år, 30 – 39 år osv. kvinner og menn.

Distanser: 5 og 11 km. Startkontingent: kr. 120/180.-, etteranmelding: kr.150/250.- Påmelding http//MOSJON.NO/TROMOYTRIMMEN innen 23, mai.

Etteranmelding kan skje ved start løpsdagen.

Info: Geir Svendsen tlf. 95819204, e-post: [tt@go-run.com](mailto:tt@go-run.com)

Tirsdag 30.05 **KM Agder veteraner stevne nr. 2.Treningsstevne** Lyngdal IL

kL. 18.00 Lyngdal stadion

100 M, 800 M, lengde, slegge, diskos

**Sleggering stevne nr. 3 innlagt**

**Tysdag 30.05 Terrengkarusell Setesdal løp nr.6** Gry IL

kl.18.30 Engesland Skole

Påmelding ved start

Premieutdeling

Alle som har deltatt i fire løp blir premiert

**Tirsdag 30.05** **Tinestafetten Vennesla** Vindbjart IL

kl.09.00: For skolene i Vennesla kommune Moseidmoen

Innlagt flere friidrettsøvelser i aktivitetsdagen

Kontakt person: Ole Wilhelmsen

**Onsdag 31.05 Treningsstevne MHI MHI**

Kl. 18 idrettsparken

**Juni 2016**

**Torsdag 01.06 KM 11 – 14 år** i **Aust-Agder** Sørild K**retskarusellen for 10-14 år for Agder stevne nr. 2** Levermyr stadion **men kun aust-egder kan delta.**

Start kl. 18.00

10 år: 60 m, 600, kule, lengde, korthekk

11 år: 60 m, 600, kule, høyde, korthekk

12 år: 60 m, 600, kule, lengde, korthekk

13 år: 60 m, 600, høyde, kule, korthekk

14 år: 60 m, 600, lengde, kule, korthekk

Med forbehold om endringer i øvingsutvalget.

Startkontingent kr. 50 i KM. Ikke KM for 10 åringene, kun karusell

Påmelding online. MIN IDRETT/ SPORTSADMIN innen 24. mai

**Torsdag 01.06 Torsdagstur for deg**  Åseral IL

Turmarsj uten tidtaking kl.. 16.40 Mjåland

**Lørdag 03.06** **Mandalsløpet** MHI/DNM

kl. 14.00 Lysthuset, Furulunden, Mandal

Påmelding på startstedet fra kl.12.00

Konkurranse- og mosjonsklasser: 4.8 km og 9.6 km

Påmelding til Mandalsløpet 2014, Einerveien 1, 4515 Mandal.

Info: Egil: 90135844 eller Kalle 90132838 info : [www.maraton.no](http://www.maraton.no/)

Startkont. Kr. 150.- i konkurranseklasse og kr. 100.- i mosjon.

**Lørdag 03.06 Treningsstevne stav** KIF

Kontakt Harald S Breivik for info Kristiansand stadion

**Onsdag 07.06 Mastaløpet**  Marnadal IL

Start kl 18.15 ved Marnarhallen Øyslebø

Bakkeløp 2.7 km. 200 m stigning

Påmelding til kl. 18.00

**Onsdag 07. 06 Norsk Tipping Norwegian Grand Prix Elitestevne 1** Kristiansand

Se egen hjemmeside for arrangementet.

Øvelser menn: 200 m,400, 800 m, 5000 m, spyd, slegge, kule

Høyde , lengde ,tresteg

Øvelser kvinner: 100 m, 200 m ,400m 800 m, spyd, høyde,

slegge, lengde,100mh, 400mh

Åpent for alle, men det kan bli deltakerbegrensing i enkelte øvelser.

Hovedstevnet er fra kl. 18.00 - 20.00, med mulige forøvelser fra kl. 17.00.

Online påmelding.

**Fylkesfinale VA 6 og 7 klasse i Tinestafetten kl. 17.30**

**Torsdag 08.06 Torsdagstur for deg**  Åseral IL

Turmarsj uten tidtaking kl.17.40 Minne kurssenter

**Lørdag 10.06** **KM 10 – 14 år** i **Vest Agder** – **Kretskarusell nr. 2,**

**men kun vest egder kan delta Vest-Agder** KGK/KIF Kappgang starter kl. 11.30. Øvrige øvelser kl 12.00 Kristiansand Stadion

Øvelser: 10 – 12 år: 60 m, 600 m, lengde, kule, høyde

13 – 14 år: 60 m, 800 m, lengde, høyde, kule,

spyd, korthekk, 1000 m gang.

Startkontingent: kr.50.- pr. øvelse.

Påmelding: online på «Min idrett» innen 01.06.

**Lørdag 10.06 KM enkeltøvelser 15 - 19 år Agder**  AAFIK/KIF/KGK

Start kl. 11.30:1500 m/2000 m kappgang Kristiansand stadion

Start kl. 12.00: Ordinære klasser for gutter og jenter.

Øvelser: 100 m, 800 m, lengde, høyde, kule, spyd, korthekk,

Startkontingent: kr. 70.- pr. øvelse.

Påmelding online Min idrett eller sportsadmin innen 01.06

**Lørdag10.06 Stadionmila innlagt KM Agder 10000 m KM stevne nr. 1 senior** KLK

10 000 m på Kristiansand stadion med folkeløp fra kl 16 – 20. Kristiansand stadion

Eliteløp som del av Norwegian Milers Club sin serie kl.20.00.

**KM Agder** senior menn og kvinner på 10 000 m

Nettside : www.stadionmila.no

Kontaktperson : Finn Kollstad

**Søndag 11.06 Topptur for deg**  Åseral IL

Turmarsj uten tidtaking kl.. 16.30 Tindefjell

**Lørdag – Søndag.**

**11.06. – 12.06** **Nordisk mesterskap mangekamp**  Vaxjø/SVE

NFIF tar ut laget

**Tirsdag 13.06** **Lagmesterskap Agder**  VAFIK/ Søgne IL

kl. 18.00 Søgne stadion

Øvelser: 100 m, 800 m, 3000 m, lengde, høyde, kule, spyd, 4x100m

Hvert lag stiller med inntil 3 deltakere i hver øvelse og

de 2 beste res. teller i sammendraget – Tyrvingtabellen

benyttes – 19 år og eldre benytter tabellen for 19 år. NB – ikke alle øvelser har Tyrvingtabell for alle klasser, for eksempel 100 m.

4 forsøk i hopp og kast, kastredskap som normalt for aldersklassen. Tidsskjema er fastlagt. Ingen får forsøk utenom tur.

Startkontingent. kr. 200.- pr. lag. Sendes til kretsens bankkonto:7325054933. Vinnerlag 1.får kr. 2017.- fra Mandal Sportservice, Nr. 2 får kr. 1000.- og Nr. 3 får kr. 500.

Lagene tar med utfylte startkort som leveres sekretariatet før start

Påmelding til kretskontoret [v/Jonbesse.fjeld@friidrett.no](mailto:v/Jonbesse.fjeld@friidrett.no) innen 20.mai

Øvelsesansvar: Holum: kule, KIF: spyd, Søgne: Høyde, MHI: lengde,

KIF/ Søgne/HIL: Løp speaker og sekretariat. Hvis det stiller lag fra Aust-Agder må de påta seg arrangementsansavar.

**Onsdag 14.06 HIL TREFF-Klubbmesterskap** Hannevikas IL

kl. 18.30 Kristiansand stadion

Øvelser: 400 m, 3000 m, høyde, spyd vektkast.

**Onsdag 14.06** **Gangstevne** KGK

kl.17.30 Kristiansand stadion

Øvelse:3 km vei, kontaktperson Ole Petter Saugen

**Torsdag 15.06 Oslo Bislett Games**  Bislettalliansen Oslo/Bislett

**Torsdag 08.06 Torsdagstur for deg**  Åseral IL

Turmarsj uten tidtaking kl.. 16.4 0 Pikhei

**Fredag – Søndag**

**16.06 – 18.06 Tyrvinglekene**  Tyrving

Se egen hjemmeside for info og påmelding Bærum/Nadderud

**Fredag 16.06** **Skagerakmila**  IK Grane, Arendal kl. 18.00  Arendal Sentrum

Se egen hjemmeside for løpet

**Lørdag 17.06** **Grimstad Maraton** Sørild FIK

kl.10.00 Grimstad sentrum: 10 km, halv og helmaraton Se egne hjemmesider.

**Lørdag 17.06 NM 4/5 kamp Veteraner** Gjesdal IL

Ålgård

**Søndag 18.06** **Sørnorsk Veteraner** **SM-V** Hannevika IL kl. 12.00 Kristiansand stadion Øvelser: 100 m, 400 m, 1500 m, lengde, kule,

tresteg,spyd, vektkast

Påmelding før start.

**Tirsdag 20.06** **KM Agder senior** **Del 2** Søgne IL Kl.18.00 Søgne stadion Mesterskap hvor alle som er 15 år og eldre bør stille.

Det brukes seniorredskap/regler

Det kåres en kretsmester for Agder i hver øvelse.

Øvelser: 100 m, 400 m, diskos

Påmelding online innen 10. juni online på sportsadmin/min idrett til Søgne IL

Startkontingent: Kr. 70.- pr. øvelse betales til

Søgne IL friidrett bankkonto 3090 07 05227

**Tirsdag 20.06.** **Kretskarusellen 10-14 år Agder stevne nr. 3** Søgne IL

Kl.18.00 Søgne stadion

10-12 år: 60 m, 600 m, høyde, spyd

13-14 år: 60 m, 800 m, lengde, diskos, 200 m hk, kappgang

Påmelding online på min idrett/sportsadmin innen 12.juni

[Jon.b.fjeld@uia.no](mailto:Jon.b.fjeld@uia.no) kan ta imot påmeldinger på mail innen 11. juni

**Onsdag 21.06** **Treningsstevne**  MHI

Kl.18.00 Idrettsparken

Klasser 6 - 9 år: 60 m, lengde, liten ball.

10 år og eldre: 200 m, 400 m, 800 m, kule

Påmelding på stedet

**Onsdag 21.06 Agdermesterskap veteraner**  Hannaevikas IL

**Slegge og diskosring stevne nr.4** Kristiansand stadion

Øvelser: 100 m, 800 m, slegge, diskos lengde

Påmelding ved start

**Torsdag – søndag**

**22.06 –25.06** **Veidekkelekene** Lillehammer

Se info og invitasjon på http// veidekkelekene.lillehammer-if.no

**Fredag-søndag**

**23.06 - 25.06 NM Veteraner bane** AKS 77

Kanrvik Hordaland

**Søndag 25.06** **Konsmo - Helle Rundt**  Konsmo IL/NMK

kl.17.00 Helle stadion, Konsmo

Løyper: 5100 m og 9 300 m.

Påmelding ved start fra kl.16. Startkont. Kr.100.-

Info Kalle 90132838 eller Odd 382 81706, se også [www.maraton.no](http://www.maraton.no)

Startkontingent kreves inn av Norsk friidrett Agder etter stevnet.

**Juli 2017**

**Fredag - søndag**

**30.06 -02.07 Verdensungdomsspelen** Gøteborg, SVE

**Torsdag 06.07 Norsk tipping Norwegian Grand Prix Stevne 2** Tjalve

Se egen hjemmeside for stevnet Oslo Bislett

**Tirsdag 11.07** **Sommerstevne**  Lyngdal IL

Kl.17.30 Lyngdal stadion

Øvelser 100 m, 800 m, lengde, slegge, diskos

Påmelding: Kontakt Torrey Enoksen på mail

torrey@online.no eller telefon

**Torsdag - Søndag**

**12.07 -16.07** **VM U-18** Nairobi Kenya

**Onsdag-søndag**

**13.07-16.07 EM U 23**  Bygdgoszcz, Pol

**Torsdag 13.07** **Intersportjoggen** MHI/Maratonklubben Påmelding fra kl. 17.00 ved Intersport på Sanden i Mandal

kl. 18.00: Barneløpet, under 13 år: 2 km uten tidtaking.

kl. 18.05: Hovedløpet, en klasse for menn og en for kvinner: 4 km.

Startkontingent: Hovedløpet kr.100.-; barneløpet kr.80.-.

Premiering: T-skjorte til alle.

Kontaktperson Kalle Glomsaker 90132838

**Lørdag 15.07 NM Motbakkeløp** Ulvik IL

Kvasshovden opp (1030 moh) Ulvik i Hardanger

**Torsdag-søndag**

**20.07-23.07** **EM junior** Grosetto Ital

**Onsdag 26.07**  **Sørlandsløpet** MHI-Friidrett

kl. 18.00 Påmelding før start. Sjøsandleiren v/Sjøstjerna Kro

Distanser: 5 km og 10 km Sjøsanden

Kontaktperson: Kåre Ånonsen.

**Onsdag –søndag**

**27.07-30.07 EM veteraner** Århus Dan

**29.07 Århus Halvmaraton** Århus Dan

**August 2017**

**05.08-13.08**  **VM** London

**Tirsdag 08.08** **Treningsstevne** Søgne IL

kl.18.30 Søgne stadion

60 m, spyd, lengde,400 m

**Onsdag 09.08. HIL- treff/klubbmesterskap** Hannevikas IL

kl. 18.30 Kristiansand stadion

400m, 1500 m, høyde, kule

**Lørdag-søndag**

**11.08 - 13.08 NM Junior** IK Hind Harstad

**Lørdag-søndag**

**05.08-13.08**  **VM** London

**Søndag 13.08** **Løpsstevne 5000m-10000m**

**med innlagt KM 10000 M veteraner AA og VA stevne nr.3** ILExpress

kl. 14.30 Fevik stadion

Øvelser: **5 000 m og 10 000 m**

Klasser: kvinner og menn sen og veteraner og mosjon

påmelding før start – info: [henrikkn@uia.no](mailto:henrikkn@uia.no) telf.: 37048789

**Onsdag 16.08 Norsk Tipping Norwegian Grand Prix Elitestevne 3** Hamar

**Onsdag16.08** **Kappgang** KGK

kl. 18.00 Kristiansand stadion 1000 m bane

Tirsdag 16.08 **Kretskarusell stevne nr. 4** Lyngdal

kl.18.00 Lyngdal stadion

Øvelser 10-12 år 60 m,800 m, høyde, slegge

Øvelser 13-14 år 60 m, 200m, 800 m, tresteg, kule

Påmelding Torrey Enoksen online eller mail innen 15. august

**Lørdag 19.08 Sommerløpet**  KLK

Barneløp, 5 km, 10 km og halvmaraton Kristiansand

med start og mål på torvet i Kristiansand

kl. 13.00: barneløp

kl. 13.30: halvmaraton

kl. 14.00: 5 km

kl. 16:00: 10 km

Se info og påmelding: www.sommerlopet.no

Kontaktperson : Finn Kollstad

**Lørdag-søndag**

**19.08-20.08 Nordisk mesterskap/landskamp U-20 SWE**

**Søndag 20.08** **Søgnelekene** Søgne IL, MHI, HOLUM

kl. 12.00 Søgne Stadion

**Klasser og øvelser:**

G 10 – 14 år: 60 m, 600 m, lengde, kule, høyde, spyd og 4x100 m

J 10 – 14 år: 60 m, 600 m, høyde, kule, lengde, spyd og 4x100 m

G 13 - 14 år og J 13 – 14 år: 1500 m

G 15 – 19 år: 100 m, høyde, spyd, lengde, kule, 1500 m og 4x100 m

J 15 – 19 år: 100 m, høyde, lengde, kule, spyd, 1500 m og 4x100 m

Menn senior: 100 m, høyde, lengde, kule, spyd, 1500 m og 4x100 m

Kvinner senior: 100 m, høyde, kule, lengde, spyd, 1500 m og 4x100m

Klasseinndeling: J 10 år – J 11 år – J 12 år – J 13 år – J 14 år – J 15 år – J 17 år

J 18 – 19 år og Kvinner senior. G 10 år – G 11 år – G 12 år – G 13 år – G 14 år – G 15 år – G 16 år – G 17år – G 18 – 19 år og menn senior

Stafettene går i koblet klasse med fritt valg i aldersgruppene

G 10, 11 og 12 år – G 13 - 14 år osv. – J 10, 11 og 12år, J 13 – 14 år osv.

Online påmelding. Se link i NFIF terminlista i Sportsadmin.

Startkontingent i klasse 10-11- 12 år kr. 60.- pr. øvelse – øvrige klasser kr. 70.-pr. øvelse – stafett kr. 200.- pr. lag

Startkontingenten sendes sammen med påmeldingen til bank-konto 3090.07.05227. Flott premiering – alle i yngste klasse får premie

Kontaktperson: Jon Fjeld 41227209

Søndag 21.08 **Gumpeløpet** Kvås IL

fra kl.12.00 Bakkeløp.

Se Kvås IL sine nettsider.

Kontaktperson: Jan Rune Birkeland

**Onsdag 23.08** **KM Veteraner** **Stevne nr. 4** Hannevika IL kl.18.30 Kristiansand stadion Øvelser KM veteraner: høyde, 400 m, 3000 m, tresteg,

kule, vektkast

Påmelding på stedet

Torsdag 24.08 **KM senior del 3, Kretskarusell Agder nr.5 VAFIK/KIF**

kl.18.00 Kristiansand stadion

**KM senior**:

200 m, 800 m, høyde, slegge, lengde, 5000 m, korthekk,langhekk

**Kretskarusell nr. 5**

Klasser og øvelser:

10 – 12 år: 200 m, høyde, diskos, 400 m kappgang (distanse)

13 – 14 år: 200 m, 800 m, lengde, slegge, 1000 m kappgang

Påmelding Sportsadmin/min idrett til KIF Friidrett innen 20.08

Kontaktpersoner: Inger Steinsland og Jon Fjeld

**Fredag –søndag**

**25 – 27.08** **NM FRIIDRETT** Sandnes

**Lørdag 26.08** **Arendalslekene 8 – 14 år** IK Grane friidrett

**Kretskarusell nr. 4 Agder** for 10 -14 år

kl. 11.00 Lunderød Idrettspark

Klasser/øvelser: 8 – 9 år: 60 m, lengde, ball.

10 – 14 år: 60 m, 600 m, lengde, kule.

13 - 14 år: 60/80 m hekk, 60 m, 600 m, lengde, kule

For funksjonshemmede: 60 m, lengde, ball

Startkont. Kr. 50.- for 8 – 9 år og kr. 60.- pr. øvelse for 10 – 14 år

**Lørdag 27.08** **Strandmila** Lista IL

kl. 12.00 natursti for familien Lomsesanden

kl. 14.00 løp 5 km og 10 km – ingen startkontingent!

Påmelding inntil 30 min. før start på løpet. Alcoa Lista sponser premier.

Info: Rune Grimsby 91869684 – e-post: [rune.grimsby@vabb.no](mailto:rgrimsby@broadpark.no)

**Søndag 28.08 Kvernhusvannsprinten** Søgne IL Se egen hjemmeside med opplysninger. Langenes skole/stadionKontakt: Kjell Gunnar Ytre-Eide telefon 99107775. Post@kvernhusvannsprinten.com

Start kl. 10.00: Mosjonsløp – en runde rundt Kvernhusvannet Løypelengde 3. 3 km.

Start kl. 11.00: Kvernhusvannssprinten 3,3 km kvinne og herreklasse

Konkurranse etter skisprint prinsippet med prolog og påfølgene kvart-, semi- og finalerunder for kvinner og menn. Alle løp 3,3 km.

Minisprint på 700 m for barn.

Se hjemmesidene for påmelding som åpner 20.mai

Onsdag 30.08**.** **KM senior del 3 Agder- Kretskarusell Agder nr. 7** MHI

kl.18.00 Idrettsparken

Kretskarusell stevne nr 7

10 - 12 år: 60 m, 600 m, høyde, kule.

13 - 14 år: 60 m, 1500 m, tresteg, spyd

**KM senior øvelser:** 1500 m, tresteg, kule, spyd, høyde

Påmelding innen 26. august online på «Min idrett/sportsadm»

eller epost til Astrid Fredriksen

**Onsdag 30 08** **HIL treff- Klubbmesterskap** HIL kl.18.30 Kristiansand stadion

Øvelser 200 m, 800m, lengde, lengde uten tilløp, kule,

**September 2017**

**Fredag– Søndag**

**01.09 – 03.09** **Ungdomsmesterskapet** BFG

Fana Bergen

**Lørdag 02.09 NM ultraløp Terreng** Nissedal

**Lørdag 02.09 Tvedestrandslekene, Kretskarusell nr. 7 Agder** TT&IF

kl. 14.00 Lyngmyr stadion

Klasser og øvelser: 10 – 12 år: 60 m, 600 m, lengde, ball.

13 – 14 år: 100 m, 1500 m, høyde, spyd.

15 – 16 år: 100 m, 1500 m, lengde, spyd.

17 – 18 år: 100 m, 3000 m, høyde, spyd

M-K-Vet: 100 m, 3000 m, lengde, kule 2 hender, spyd.

Påmelding innen 31.08 til: Gunnar Bjørn Solfjeld, Solfjelvn.18,

4900 Tvedestrand tlf. 37162641, e-post: gbs@ tamail.no

Startkontingent: kr. 40.- pr. øvelse i konkurranseklassene.

Premiering: Konkurranseklasser: Medaljer i gull, sølv og bronse samt deltakermedalje for øvrige deltakere.

Rekruttklasse: Startkontingent: Kr.40 pr. øvelse, men max kr.100.- for tre øvelser. Premiering: Like medaljer i til alle i hver øvelse.

**Startkontingent** betales ved fremmøte eller regning sendes.

**Søndag 03.09** **Tysåsen Rundt, start:** Fevik stadion ILExpress

terrengløp alle klasser

kl. 12.30: **Barneløp 1000 m**

kl. 13.00: **Terrengløp 6,5 og 12 km**.

Påmelding: senest 10.09 eller på stedet 30 min før start

E-post [henrikkn@uia.no](mailto:henrikkn@uia.no) tel. 37048789. Se også Express sine hjemmesider

**Tirsdag 05.09** **Treningsstevne** Søgne IL

kl. 18.00 Søgne stadion

Øvelser: høyde og 60m hekk

**Onsdag 06.09** **HIL treff med innlagt Slegge og diskosring-** **stevne nr.4** Hannevikas IL kl. 18.30 Kristiansand

Øvelser: diskos og slegge alle klasser fra 10 år og oppover

Øvrige øvelser100m, 3000m, tresteg,

**Torsdag 07.09 Torsdagstur for deg** Åseral IL

Kl. 16.40 Skoræ

**Lørdag 09.09** **Olasheiløpet**  Lillesand IL

Start kl. 12.00 Holta stadion

Løypelengder: 9 km og 17 km

Aldersklasser fra 16 år. I tillegg kortere løp for yngre klasser,

mer info kommer

Se egne hjemmesider

**Lør.-søndag**

**09.09-10.09 Lerøy lekene Osterøy**

Laget fra Agder tas ut ca. 10. august og suppleres etter hvert

**Lørdag 09.09 Fløymila** Fløy/ Krs løp

Flekkerøy

**Onsdag 13 .09** **Gangstevne** KGK

kl.18.00 Kristiansand stadion

Øvelse:3 000 m bane, kontaktperson Ole Petter Saugen

**Onsdag 13.09. KM veteraner Agder stevne nr.4** Hannevikas IL

kl. 18.30 Kristiansand stadion

Øvelser: spyd, 200 m, 800m, høyde

**Onsdag 13.09** **4- kamp** MHI

kl. 18.00 Idrettsparken

Klasser og øvelser: rekrutt 60 m, 200 m, liten ball, lengde

10 år og eldre: kule, 100 m, lengde, 800 m

**Torsdag14.09 Torsdagstur for deg** Åseral IL

Kl. 16.40 Glomsdalsfjell

**Søndag 17.09** **Mandalsmaraton, halvmaraton og Mandalsmila. KM sen. stevne nr.**

kl.12.00 Start ved Mandalshallen.

Påmelding til Mandalsmaraton 2017, Einerveien 1, 4515 Mandal.

Påmelding også i Turnhallen lørdag kl.17.00 – 20.00 og søndag fra kl.10.00

Startkontingent: Maraton kr.350.-, Halvmaraton kr. 200.-, Mila kr.150.-

Mosjon på mila og halv. Kr.100.-

Løpets kontonr. 30752062745

Info: Kalle 90132838, Egil 90135844 eller [www.maraton.no](http://www.maraton.no/)

Arrangører: MHI Friidrett, Konsmo il og Maratonklubben Vest-Agder.

NB: Bløtkake og premie til alle som løper Maraton.

**Tirsdag 19.09** **Klubbmesterskap** 3 kamp + noen enkeltøvelser Søgne IL

kl. 18.00 Søgne stadion

Øvelser:60 m, liten ball, kule, lengde, 600 m

**Torsdag 21.09 Torsdagstur for deg** Åseral IL

Kl. 16.30 Skrivarknuten

**Lørdag 23.09. Sør-Norsk, veteraner SMV Lyngdal IL**

**kl. 11.00 Lyngdal stadion**

**Innlagt slegge og diskosring stevne nr.5 for alle klasser**

Øvelser: 200 m, 800 m, 3000 m, høyde, diskos, slegge

Tresteg, stav, korthekk

Online påmelding innen 10.september.

Kontaktperson Torrey Enoksen

**Søndag 24.09**  **Berlin maraton** **Berlin**

Kontakt Kalle Glomsaker 90132838 eller Egil Lehne 90135844 for mer info

Påmelding og info: [www.maraton.no](http://www.maraton.no)

**Søndag 24.09**  **Fagerheikongen**  TT&IF

Fra kl. 12.00 Lyngmyr stadion

Lyngmyr Stadion kl. 12.00 – jr./damer start kl. 12.15

Terrengløp 25km MS-KS-MV – 15 km øvrige klasser

Mosjonsklasse uten tidtaking 6 eller 15 km start kl. 11.00

Startkontingent:

Konkurranseklasser lang løype kr.150,

Kort løype kr.120

Mosjonsklasse lang løype kr. 100.

Trimløypa kr.20.

Etteranmelding kr. 50 i tillegg i konkurranseklassene.

Påmelding TT&IF, Gunnar Bjørn Solfjeld 4900

Tvedestrand,innen 20.september eller på løpets hjemmeside [www.fagerheikongen.no](http://www.fagerheikongen.no)

Egen innbydelse.

**Tirsdag 26.09. Klubbmesterskap** Søgne IL

kl. 18.00 Søgne stadion Øvelser: sprint, høyde, langt løp og diskos

**Onsdag 27.09.** **Klubbmesterskap** Hannevikas IL

kl. 17.00 Kast femkamp Kristiansand stadion

**Torsdag 28.09 Torsdagstur for deg** Åseral IL

Kl. 16.30 Kyrkjebygd

**Oktober 2017**

**Søndag 24.09** **Kvarstein rundt** – turmarsj 23 km KGK

Start kl. 08.30 Oddernesbroa

**Onsdag 11.10** **Avslutningsstevne** Hannevikas IL

kl.17.00 Kristiansand stadion

Øvelser: ikke bestemt

**Lørdag 14.10** **NM terrengløp** (lang løype) VIK IL Vik i Sogn

**Søndag 17.10.** **Løpsstevne** IL Express

Kl.14.30 Fevik stadion

Øvelser: 3000 m, 5000 m, 10 000 m.

**Søndag 29.10.** **Svalandsgubben** 27 – 15 – 12 og 5 km Birkenes IL

Start kl. 12.00 Birkeneparken

**27 km** for D21 og H21 fra Birkenesparken

(kl. 11.00 for de som forventer å bruke mer enn 3.30)

**15 km:** H17-20 – start i Trongedal kl. 13.00 – buss kl. 12.15

**12 km:** D17 – start ved Svalandstårnet kl. 1300 – buss kl. 12.15

**5 km** :D/H 11 - 16 år (årsklasser) fellesstart ved Mollestadeika kl. 12.45

Buss 12.15. Startkontingent: 11-16 år kr. 50 – alle andre kr. 150.-

Birkenes IL friidrett, 4760 Birkeland – konto 2880 50 02842

Online: http://birkenes-b-me.org – e-post: post@svalandsgubben.com

eller skriftlig til: Trygve Løland, Nordåsvn.11, 4760 Birkeland innen 20/10.

**November 2017**

**Lørdag 11.11**  **Søgne Morothon** Søgne Skiklubb Søgne IL

Distanser 21 km, 14 km, 8 km Søgne stadion

og to barneløyper på 1,5 og 0,6 km

Se arrangementets hjemmesider www morothon.no

Her finner du alt om løpet, inkludert link til påmelding.

**Lørdag18.11** **Hålandsheia rundt**. DNM /MHI

kl.11.00

Start og mål på Frøysland skole

Herre og dameklasse: 11.5 km i Hålandsheia

Startkontingent: kr. 100.-.

Premiering: Deltagerkrus til alle og rundstykker og kaker fra Edgars bakeri etter målpassering.

Markerer sesongavslutning.

**Lørdag 11.11 Nordisk Mesterskap terrengløp** Middelfart/Dan

**Desember 2017**

**Onssdag 27.12**. **Tredje juledagsløpet** MHI/DNM

Påmelding fra kl.13.00 på stedet.Mandalshallen

Start og mål ved Mandalshallen/Furulunden

kl.13.30: Barneløp på 2 km i Furulunden og klasse uten tidtaking.

kl.14.00: Hovedløpet, 3 km og 10 km på asfalt ut mot Sånum og Hogganvik.

**Startkontingent kr.50.-** Medalje til deltagerne.

Arrangør: Maratonklubben og MHI-friidrett

Det er løpet som starter sesongen i samme løyper som vinterkarusellen.

**Søndag 31.12** **Nyttårsløpet**  Hannevika/VABIK

Start og mål i Tresse Kristiansand

kl. 13.15: barneløp.

kl. 14.00: Mosjons- og konkurranseklasser

Løypelengde 3.1km

Startkontingent: kr. 100.- samt kr. 20.- i engangslisens - barneløpet gratis

Informasjo: Steinar Jacobsen: 38011468