



# **TERMINLISTE SESONGEN 2018**

## **Norsk friidrett Aust og Vest Agder**

Alle arrangementer i terminlista skal legges inn i terminlista til friidrettsforbundet via Sportsadmin eller [mosjon.friidrett.no](mailto:mosjon.friidrett.no). Det er arrangørens 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 2018 vil bli publisert i «papirformatet» på kretsens hjemmeside- adresse [https:// www.friidrett.no/agder](https://www.friidrett.no/agder). Forandringer må gjøres via sportsadmin eller [mosjon.friidrett.no](mailto:mosjon.friidrett.no). 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 1. mai 2018**  
**Norsk Friidrett Agder**  
**Aust og Vest Agder Friidrettskretser**

---

# Kontakttelefoner og mailadresser til lag og arrangører:

## Klubber i Aust-Agder

Birkenes IL	Oddvar Glidje (hovedlaget)	<a href="mailto:o-gli@online.no">o-gli@online.no</a>	95159514
Dristug IL		<a href="mailto:post@dristug.no">post@dristug.no</a>	
Dypvåg IL	Britt Elisabeth Fossdal	<a href="mailto:britt@designkokken.no">britt@designkokken.no</a>	
Dølemo IL		<a href="mailto:e-baas@frisurf.no">e-baas@frisurf.no</a>	
IL Express	Henrik Kofoed Nielsen	<a href="mailto:henrikkn@uia.no">henrikkn@uia.no</a>	91873543
Gjerstad IL	Fredrik Hafredal	<a href="mailto:fredrikhafredal@hotmail.com">fredrikhafredal@hotmail.com</a>	
Gjeving IL	Fredrik Marcussen	<a href="mailto:fmarcussen@yahoo.com">fmarcussen@yahoo.com</a>	90945321
IL Grane	Bjarne Tufte	<a href="mailto:bjarne.tufte@ae.no">bjarne.tufte@ae.no</a>	90933565
IL Grane	Arild Uldal	<a href="mailto:arilduld@online.no">arilduld@online.no</a>	99399261
IL Gry	Per Helge Aas	<a href="mailto:perhelge77@gmail.com">perhelge77@gmail.com</a>	
IL Gry	Linda Vegusdal Stølen	<a href="mailto:li-stoel@online.no">li-stoel@online.no</a>	99549982
Herefoss IL	Hans Topland	<a href="mailto:hetopland@hotmail.com">hetopland@hotmail.com</a>	99788350
Hope IL	Knut Jørgen Hope	<a href="mailto:knutjhope@gmail.com">knutjhope@gmail.com</a>	
Hope IL	Trine Jacobsen	<a href="mailto:trijacob@gmail.com">trijacob@gmail.com</a>	91526398
Hovden Sportsklubb	Micke Paalson	<a href="mailto:mickepaalsson@hotmail.com">mickepaalsson@hotmail.com</a>	<u>91745612</u>
Idun IL	Morten Gregersen	<a href="mailto:mogrege@online.no">mogrege@online.no</a>	41502827
LIL	Carl John Hansen	<a href="mailto:c-john@online.no">c-john@online.no</a>	45258973
Iveland IL	Torstein Bærheim	<a href="mailto:t-baerheim@hotmail.no">t-baerheim@hotmail.no</a>	37961821
Otra IL	Odd Harald Robstad	<a href="mailto:odd.harald.robstad@vabb.no">odd.harald.robstad@vabb.no</a>	47452140
Otra IL	Olav Magne Tveitå	<a href="mailto:olavtveitaa@gmail.com">olavtveitaa@gmail.com</a>	90586766
Risør IL	Thomas Axelsen	<a href="mailto:thax@online.no">thax@online.no</a>	
Rygene IL		<a href="mailto:rygeneil@live.no">rygeneil@live.no</a>	
Sørild FIK	Roar Flatland	<a href="mailto:roar.flatland@gmail.com">roar.flatland@gmail.com</a>	48114858
Sørild FIK	Karen Ellegård Fjermeros	<a href="mailto:K-aksne@online.no">K-aksne@online.no</a>	9093632
Sørild FIK	Sølvi Meinseth	<a href="mailto:Sølvi.Meinseth@idrettsforbundet.no">Sølvi.Meinseth@idrettsforbundet.no</a>	
IL Sørfjell	Per Erik Hansen	<a href="mailto:p-ehans@online.no">p-ehans@online.no</a>	41213029
Strengereid IL	Heidi Ekløff Andersen	<a href="mailto:ro-olan@online.no">ro-olan@online.no</a>	99636305
Tvedestrand T & IF	Gunnar Bjørn Solfjeld	<a href="mailto:gbs@getmail.no">gbs@getmail.no</a>	97542224
Tvedestrand T&IF	Asbjørn Solfjeld	<a href="mailto:asbjorn@solfjeld@online.no">asbjorn@solfjeld@online.no</a>	97424644
Valle IL	Anne Liv Lidtveit	<a href="mailto:post@valleil.no">post@valleil.no</a>	99386630
Varild IL	Laila Nylund	<a href="mailto:lanylund@hotmail.com">lanylund@hotmail.com</a>	99211769
Vegårshei IL	Inge Lines		
Ø Tromøy T&IK	Geir Svendsen	<a href="mailto:geisven@online.no">geisven@online.no</a>	95819204

### **Klubber i Vest-Agder**

Bjelland IL	Siri T Solås	<a href="mailto:siristrygsland@hotmail.com">siristrygsland@hotmail.com</a>	97182401
FIF	Johan Kåre Mathiassen	<a href="mailto:jokaare@online.no">jokaare@online.no</a>	48108232
Framsteg IL	Erling Haugeland	<a href="mailto:ilframsteg@live.no">ilframsteg@live.no</a>	97070345
Giv Akt		<a href="mailto:post.givakt@gmail.com">post.givakt@gmail.com</a>	
Gyland IL	Anja Lyding		95293736
Harkmark IL	Anne Kristine Broll	<a href="mailto:acbroll@gmail.com">acbroll@gmail.com</a>	
Harkmark IL	Jan Olsen	<a href="mailto:j-olse5@online.no">j-olse5@online.no</a>	97768131
HIL	Tor Ingvar Njerve	<a href="mailto:tinjerve@gmail.com">tinjerve@gmail.com</a>	45275697
HIL	William Edvardsen		
Holum IL	Gunn Storsveen	<a href="mailto:gunn.storsveen@hotmail.com">gunn.storsveen@hotmail.com</a>	40213504
Holum IL			
Hægebostad IL			
KGK	Ole P Saugen	<a href="mailto:psaugen@online.no">psaugen@online.no</a>	92031749
KIF	Inger Steinsland	<a href="mailto:ib.steinsland@gmail.com">ib.steinsland@gmail.com</a>	90507725
KLK	Finn Kollstad	<a href="mailto:finn@kollstad.as">finn@kollstad.as</a>	48999300
Knaben og Fjotland IL	Anette Sanden Engedal	<a href="mailto:anettesanden@hotmail.com">anettesanden@hotmail.com</a>	97709903
Konsmo IL	Ricard Håland	<a href="mailto:ricard.haland@gmail.com">ricard.haland@gmail.com</a>	91695713
Kvinesdal IL	Jan Rob	<a href="mailto:kv-il@frisurf.no">kv-il@frisurf.no</a>	97140020
Kvås IL	Jan Rune Birkeland	<a href="mailto:jrb@birkelandbruk.no">jrb@birkelandbruk.no</a>	90845384
Lista IL	Frank Johansen	<a href="mailto:frank@farsundsadvokatene.no">frank@farsundsadvokatene.no</a>	
Lista IL	Rune Grimsby	<a href="mailto:rune.grimsby@vabb.no">rune.grimsby@vabb.no</a>	91869684
Lyngdal IL	Torrey Enoksen	<a href="mailto:torrey@online.no">torrey@online.no</a>	90823330
Lyngdal IL	Jens Arild Johannessen	<a href="mailto:jens.arild.johannessen@e-h.kommune.no">jens.arild.johannessen@e-h.kommune.no</a>	
Marnadal IL	Ruth Ramsland Møll	<a href="mailto:rutti0103@yahoo.no">rutti0103@yahoo.no</a>	93445592
MHI	Kalle Glomsaker	<a href="mailto:kalle@maraton.no">kalle@maraton.no</a>	90132838
MHI	Tor Evert Bentsen	<a href="mailto:teb@l-a.no">teb@l-a.no</a>	91853336
MHI	Astrid Fredriksen	<a href="mailto:astrsr@hotmail.com">astrsr@hotmail.com</a>	
Søgne IL	Emil Haaland		
Søgne IL	Kristen Fløgstad	<a href="mailto:kristen.flogstad@yahoo.no">kristen.flogstad@yahoo.no</a>	91755986
Søgne IL	Jon Fjeld	<a href="mailto:jon.b.fjeld@uia.no">jon.b.fjeld@uia.no</a>	41227209
Tonstad IL	nils.inge.gauthun	<a href="mailto:nils.inge.gauthun@gmail.com">nils.inge.gauthun@gmail.com</a>	90157011
IL Vindbjart	Per Erik Malterudbakken	<a href="mailto:pererikmalterudbakken@hotmail.no">pererikmalterudbakken@hotmail.no</a>	
IL Vindbjart	Terje Heisel	<a href="mailto:terje.heisel@vabb.no">terje.heisel@vabb.no</a>	
Vigmostad IL	Maria Lea Hennestad	<a href="mailto:marialeahe@hotmail.com">marialeahe@hotmail.com</a>	
IK Våg	Elke Udelhoven	<a href="mailto:elke.udelhoven@outlook.com">elke.udelhoven@outlook.com</a>	48208901
IKVåg	Espen Andve		38087287
IK Våg	Frank Oscar Andersen	<a href="mailto:frakoscar.andersen@hotmail.com">frakoscar.andersen@hotmail.com</a>	91347994
Åseral IL	Kristine Forgard	<a href="mailto:fkristineh@hotmail.com">fkristineh@hotmail.com</a>	
Åseral IL	Jan Oddvar Lindeikro	<a href="mailto:jol@aseral.kommune.no">jol@aseral.kommune.no</a>	90176450

# Terminliste for april - desember 2018

## April 2018

**Lørdag- søndag 07.04 - 08.04 NM Terrengløp, kort løype og stafett** Osterøy IL  
Stevnestart kl. 13,00 på lørdag og 12 på søndag Mjeldalen Haus  
Info: [www.osteroyil.no](http://www.osteroyil.no) Oserøy

**Onsdag 11.04 Klubbmesterskap i terrengløp** MHI  
kl. 18.00 Lysthuset Furulunden, Mandal

**Lørdag 14.04 Kristiansand Ultra** Krs. Løpeklubb  
Startsted: Aquarama 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 14.04 Arendalsstafetten** IK Grane  
kl. 15.00: Start og vekslinger i Kirkegata Arendal sentrum  
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 10.april  
Kontaktperson: Tønnes Christian Larsen 94144223  
Startkontingent: kr. 300.- for lag i aldersbestemte klasser, kr. 400.- for øvrige.

**Tysdag 17.04 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)

**Onsdag 18.04 Gangstevne 1 km vei** Kristiansand Gangklubb  
kl. 18.30 Kristiansand Stadion

**Lørdag 21.04 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)

**Lørdag 21.04 Fevik halvmaraton**

kl.14.00

Påmelding senest 20.april eller på startstedet 30 min før start.

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

IL Express  
Fevik stadion

**Tirsdag 24.04 Kretsmesterskap i terrengløp Aust og Vest Agder**

kl. 18.30

Otra IL  
Evje

stadion

Alle klasser fra 10 år til og med veteran

Påmelding til Odd Harald Robstad på mail  
eller ved start som i vanlig

innen 20. april

Karusell fra kl. 17.30 -18.15.

For å delta i KM må du være medlem av en 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.

**Tysdag 24.04 Terrengkarusell Setesdal løp nr.2**

kl.18.30

Otra IL  
Evje Stadion

Påmelding ved start fra kl. 17.15-18.15

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

**Onsdag 25.04 Treningsstevne**

kl.18.30

HIL  
Kristiansand

Stadion

**Lørdag 28.04 Tveitå invitational - Åpningsstevne i kast**

Start kl. 12.00

Øvelser: Spyd, kule, diskos

Klasser fra 15 år

Påmelding online Min Idrett/Sportsadmin

Kontaktperson: Olav Magne Tveitå

Otra IL  
Hornnes stadion

**Søndag 29.04 Tvedestrandstafetten**

TT&IF

kl. 15.00

Tvedestrand

barneskole

4 etapper i alle løyper og klasser unntatt

Herrer junior, senior, veteran og bedrift med 5 etapper

Rekruttløype: 10 år og yngre

Kort løype: 12 år og yngre og 14 år og yngre-gutter og jenter

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

Langløype: 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 20.april til:

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

e-post: [gbs@getmail.no](mailto:gbs@getmail.no)

Asbjørn Solfeld, tel. 97424644 e-post: [asbjorn@solfeld.no](mailto:asbjorn@solfeld.no)

Egen innbydelse sendes lagene.

### **Søndag 29.04 Hamburg Maraton**

Hamburg

Ta kontakt med Kalle Glomsaker for turinfo.

## **Mai 2018**

### **Lørdag 05.05 Holmenkollstafetten**

Oslo

### **Lørdag 05.05 Steinsland Bygdemaraton**

Birkenes IL

42,2 km: Oggevann rundt

Påmelding og info til Odd Gunnar Tveit /Birkenes IL

[Odd.gunnar.tveit@gmail.com](mailto:Odd.gunnar.tveit@gmail.com)

### **Søndag 06.05 Løpsstevne 3000 m/5000 m. KM innlagt**

IL Express

**KM senior enkeltøvelser del 1 og KM veteraner stevne nr.1**

Fevik stadion

**5000 m km øvelse for senior og veteraner kvinner og menn**

kl.12.00 Påmelding før start

Øvelser: 3000 m og 5000 m for kvinner og menn

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

### **Tirsdag 08.05 Tinstafetten**

Lyngmyr Stadion	kl. 09.30	Tallak Olav Grytting, Lyngmyr skole
Lunderød Stadion	kl. 10.00	Arild Uldal, Birkenlund skole/Grane
Hornnes Stadion	kl. 12.00	Tony Halsall/Otra IL
Levermyr Stadion	kl. 11.00	Roar Flatland/Sørild
Idrettsparken Mandal	kl. 11.00	Bjørn Arild Hovstøl, Blomdalen
Lyngdal Stadion	kl. 11.00	Torrey Enkosen, Lyngdal IL
Kr.sand Stadion	kl. 11.00	Trine Mjåland. KKG Idrett
Vesterdalen skole	kl. 09.00	Torild Røiseland/Vesterdalen skole
Vennesla	kl. 09.00	Harry Andersen Vindbjart

### **Tysdag 08.05 Terrengkarusell Løp 3 i Setesdal**

GRY IL

Opplegg som løp nr. 1

Engesland Skule

### **Tirsdag 08.05 Klubbmesterskap terrengløp**

Søgne

IL

kl. 17.00: 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 09.05 Gangstevne**

KGK

kl.18.30  
Øvelse:3000 m, kontaktperson: Ole Petter Saugen

Kristiansand stadion

**Torsdag 10.05 Mosjonsarrangementet «Tjomsevannet»**

Søgne

IL

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)

Søgne vgs

Start kl. 12.30: **”Lille Tjomsevannet”**  
Terrengløp for barn 8/9 - 12 år: 1700 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»**

Start kl. 13.00: 6.5km

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

Alle får minnepremie ved målpassering  
Premieutdeling ca. kl. 13.50. Trekning på startnummer.  
Kontaktperson Jon Fjeld 41227209

**Lørdag 12.05 Grimstadlekene, rekruttene dag**

Sørild FIK

Kl.10.30

Levermyr stadion, Grimstad

Klasse 6 til 9 år (2008-2011 årgangene)

ØVELSER: 40 m, lengde og ballkast

Premier til alle.

STARTKONTINGENT: Gratis for medlemmer i Sørild. For andre 50 kr.

Opplysninger om stevnet og påmelding sendes: 07.05 2018

Sørild FIK, v/Sølvi Meinseth

Påmelding: innen onsdag 10.mai.

**Lørdag 12.05 Grimstadlekene Kretskarusellstevne nr. 1 Agder**

Sørild FIK

Kl.12.00

Levermyr stadion

Øvelser:

Jenter/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 HØYDE SPYD

16 ÅR: 100 m 800 m LENGDE SPYD

17 ÅR SPYD

Senior: 100 m,400 m,800 m LENGDE SPYD

Hekk:

J15: 80 m (76,2 cm)  
G15: 100 m (84 cm )  
J16: 80 m (76,2 cm)  
G16: 100 m (91,4 cm)  
J17: 100m(76,2cm)  
G17: 100 m (91,4 cm)  
KS: 100 m (84 cm)  
MS: 110 m (106,7 cm)

Utover dette stiller utøvere over 17 år som senior.

Starkontingent: 10 – 14 ÅR: Kr. 75,- pr.øvelse

15 ÅR og eldre Kr. 100,- pr. øvelse

Premiering: 1/3 premiering

Bestemannspremie til beste gutt/ mann og jente /kvinne.

Opplysninger: Sølvi Meinseth -

solvi.meinseth@idrettsforbundet.no

Påmelding sendes: Online påmelding via min idrett

Innen 07.05.2018

Dobbel startkontingent ved etteranmelding .

Startkontingent sendes bankgiro: 2800.26.28939

Stevnet inngår i cupen for 10-14 år for Agder.

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

**Tirsdag 15.05 Terrengkarusellen Setesdal løp 4**

kl. 18.30

Gry IL  
Engesland skole

**Tirsdag 15.05 Stavstevne – alle klasser**

kl. 18.00

Otra IL  
Hornnes stadion

**Onsdag 16.05 Skifjelløpet**

Start Holta- Lillesand stadion kl.18.00

Kontakt Lillesand IL Carl John Hansen for info.

Lillesand IL  
Lillesand Stadion

**Lørdag 19.05 Mandalsløpet**

kl. 14.00 Lysthuset, Furulunden,

Påmelding på startstedet fra kl.12.00

Konkurransen- 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. 170.- i konkurranseklasser og kr. 120.- i mosjonsklasser.

MHI/DNM  
Mandal

**Lørdag– søndag 19.05 -20.05 NM stafetter på bane**

Se invitasjon NFIF terminliste og egen nettside.

Nesodden IF

**Søndag 20.05 Tromøytrimmen**

Østre Tromøy T&IK



(ikke bekreftet) 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)

### **Mandag 21.05 Lyngdalslekene.**

**Innlagt KM enkeltøvelser senior del 2**

**Innlagt slegge- og diskosring stevne nr. 1**

Lyngdal IL

Start kl. 12.00

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

Påmelding: online min idrett/sportsadmin innen 14.05

Kontaktperson: Torrey Enoksen

### **Tirsdag 22.05 Terrengkarusellen Setesdal løp 5**

Otra IL

Byglandsfjord

skule

### **Tirsdag 22.05 Lagmesterskap Agder**

VAFIK/ Søgne IL

kl. 18.00

Søgne stadion

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

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.

Vinner får kr. 2018.- 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/Ionbesse.fjeld@friidrett.no](mailto:v/Ionbesse.fjeld@friidrett.no) innen 20.05

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

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

### **Onsdag 23.05 HIL TREFF med innlagt slegge og diskosring stevne nr.2**

HIL

kl.18.30

Kristiansand

stadion

Slegge og diskos alle klasser fra 10 år,

Andre øvelser: 100 m, 400 m, 1500 m, lengde, kule diskos, slegge.

Kontakt William Edvardsen

### **Torsdag 24.05 Treningsstevne**

Risør IL

Kjempesteinmyra kl. 18.30

Risør/KJ

Øvelser: 60 m, lengde, høyde, kule  
Klasser fra 10 år. Påmelding på stedet. Stevnet er i samarbeid med  
Aust Agder Fik. Info Jon Fjeld og Thomas Axelsen

- Lørdag 26.05 Suleskard Maraton** (Valle - Sirdal) Tonstad IL  
Se egne hjemmesider for informasjon om påmelding
- Lørdag 26.05 Farsund Maraton** Lista IL  
Farsund sentrum Mer info på Farsund maraton sine nettsider Farsund  
E-post frank@farsundmaraton.no
- Lørdag-søndag 26 -27.05 NM Mangekamp** Modum  
Se arrangørens hjemmeside for info.
- Lørdag 26.05 Herkuleslekene** Herkules  
Kl. 12.00 Se info om stevnet Herkulesfriidrett.no Skien
- Søndag 27.05 Kjølneslekene** Urædd  
Kl. 11.00 Se info om stevnet friidrett.uraedd.no Porsgrunn
- Tirsdag 29.05 KM Agder veteran KM stevne nr. 2.** Lyngdal IL  
**Slegge og diskosring stevne nr. 3** Lyngdal  
kl. 18.00  
100 m, 800 m, høyde, slegge, diskos. Diskos og slegge alle klasser
- Tysdag 29.05 Terrenkarusell Setesdal løp nr.6** Gry IL  
kl.18.30 Engesland Skole  
Påmelding ved start  
Premieutdeling  
Alle som har deltatt i fire løp blir premiært
- Tirsdag 29.05 KM 10 – 14 år i Vest Agder – Kretskarusell nr. 2 A** KIF  
men kun vest-egder kan delta Kristiansand stadion Øvelser: 10 –  
12 år: 60 m, 600 m, lengde, kule, høyde, stav  
13 – 14 år: 60 m, 800 m, lengde, høyde, kule, spyd, stav  
**Innlagt KM 15 o. e.: Stav (KM senior)**  
Startkontingent: kr.50.- pr. øvelse.  
Påmelding: online på «Min idrett» innen 25. 05
- Torsdag 31,5 Jessheim Elite 1500 m** Ull/Kisa  
Jessheim

## **Juni 2018**

**Fredag – søndag 01.6-03.06 Tjalvelekene**

IK Tjalve  
Bislett Oslo

**Lørdag 02.06 Grimstad Maraton**

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

Sørild FIK

**Lørdag 02.06 NM Motbakke**

Skuggenatten opp

Treungen

**Lørdag 02.06 Florø Friidrettsfestival**

Florø

**Torsdag 07.06 Bislett Games**

**Lørdag 09.06 Quartleker**

**Innlagt KM senior del 3 og Kretskarusell Agder stevne nr .3**

KIF  
Kr.sand st

**Kl. 10.00-12.00: Barn 6-9 år**

Myldrestevne: Øvelser: 60 m, lengde og kule

Påmelding ved start. Gratis.

Deltakerne går fritt fra øvelse til øvelse.

Medalje og T-skjorte til alle.

**Kl. 13.00: 10 år til og med senior**

Øvelser:

10-12 år: 60 m, 60 m hekk, lengde, høyde, kule, spyd.

13-14år: Korthekk, 60 m/100 m, lengde, høyde, kule, diskos, spyd.

15- senior: Korthekk, 100 m, lengde, høyde, tresteg, kule, diskos, spyd,

3000 m og 1000 m stafett

KM senior: korthekk og 3000 m

Kretskarusell for 10 – 14 år: Et løp, et hopp og et kast teller. Ingen på distanse.

Påmelding på Minidrett innen 4.juni

Startkontingent:

10-14år: 70 kr.

15år-sen: 100 kr.

Kontaktperson: Inger Steinsland (ib.steinsland@gmail.com)

**Lørdag – Søndag 09.06. –10 .06 Nordisk mesterskap mangekamp**

Oslo

**Onsdag 13.06 Gangstevne**

kl.18.30

Øvelse:3 km vei, kontaktperson Ole Petter Saugen

KGK  
Kristiansand stadion

**Fredag – Søndag 15.06 –17. 06 Tyrvinglekene**

Se egen hjemmeside for info og påmelding

Tyrving  
Bærum/Nadderud

**Lørdag 16.06 Fløymila**

Krs.løp

**3 og 10 km. Flekkerøy stadion**

Flekkerøy

Fløy/

**Tirsdag 19.06. Kretskarusellen 10-14 år Agder stevne nr. 4**

Søgne IL

kl.18.00 Søgne stadion  
10-12 år: 60 m, 600 m, lengde, kule  
13-14 år: 60 m, 800 m, høyde, spyd, 200 m hk, 1000 m kappgang  
Påmelding online på min idrett/sportsadmin innen 17.juni  
[Jonbesse.fjeld@friidrett.no](mailto:Jonbesse.fjeld@friidrett.no) kan ta imot påmeldinger på mail innen 17. juni

**Tirsdag 19 .06 KM Agder senior Del 4** 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: spyd, kule og 800 m  
Påmelding online innen 17. juni online på sportsadmin/min idrett til Søgne IL  
Startkontingent: Kr. 70.- pr. øvelse betales til  
Søgne IL friidrett bankkonto 3090 07 05227

**Onsdag 20.06 KM Aust og Vest Agder veteran stevne 3** Hannaevikas IL  
Kl. 18.30 Kristiansand stadion  
Øvelser: 200 m, 400 m, 1500 m, lengde, tresteg, vektkast,  
kule, spyd  
Påmelding ved start

**Torsdag – søndag 21 .06 –24.06: Veidekkelekene** Lillehammer  
Se info og invitasjon [veidekkelekene.com](http://veidekkelekene.com)

**Fredag 22.06 Skagerakmila** kl. 19.00 IK Grane, Arendal  
Baneløp start: kl.18.00 Arendal Sentrum  
Kontaktperson Rolf Petter Holthe 91556416  
Se egen hjemmeside for løpet

**Søndag 24. 06 Konsmo - Helle Rundt** Konsmo IL/NMK  
kl.17.00 Helle stadion, Konsmo  
Løyper: 5 100 m og 9 300 m.  
Påmelding ved start fra kl.16.00. Startkontingent: Kr.100.-  
Info Kalle 90132838 eller Odd 382 81706, se også [www.maraton.no](http://www.maraton.no)

**Fredag 29.06 – søndag 01.07 Verdensungdomsspelen** Gøteborg, SVE

## **Juli 2018**

**Torsdag 05.07 Boysen Memorial NGP**

IK Tjave  
Bislett/OSLO

**Torsdag-søndag 05.07- 08.07: EM U18**

Gjør/UngTT

**Tirsdag-Søndag 10.07-15.07: VM jr. U 20**

Tampere/FIN

**Tirsdag 10.07 Feriesprett**

Mosjonsløp: Start: kl. 18.00

Løyper på 9, 5 og 0,3 km.

Klasser og distanser for alle

Påmelding se Hope IL sine hjemmesider: hopeil.no

Opplysninger til Trine Jacobsen telefon 91526398

Mail trijacob@gmail.com

Hope IL  
Sørlandets Feriesenter Risør

**Torsdag 12.07 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, telefon: 90132838

**Tirsdag 17 .07 Sommerstevne Innlagt slegge og diskosringstevne nr.**

Lyngdal IL

kl.17.30

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

Påmelding: Torrey Enoksen på e-post: torrey@online.no eller telefon

Lyngdal stadion

**Onsdag 18.07 Sommerstevne Bislett**

**Oslo**

**Onsdag 25.07 Sørlandsløpet**

MHI-Friidrett

kl. 18.00 Påmelding før start.

Distanser: 5 km og 10 km

Kontaktperson: Kåre Ånonsen.

Sjøsandleiren v/Sjøstjerna Kro

Sjøsand

## **August 2018**

**Lørdag – søndag 05.08 – 13.08: EM**

Berlin

**Søndag 12.08 Løpsstevne 5000 m – 10000 m**

**KM senior del 5 10 000 m og KM veteraner stevne nr. 4: 10 000 m**

kl. 12.00

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)

ILExpress  
Fevik stadion

**Onsdag15.08 Kappgang**

kl. 18.30

KGK  
Kristiansand stadion 1000 m bane

**Lørdag-søndag: 11.08 - 12.08: Nordisk mesterskap/landskamp U-20** Hvidvore/Dan

**Lørdag-søndag: 11.08 - 12.08: Nordisk –Baltisk mesterskap/landskamp U-23** Gävle/Sverige

**Fredag – søndag: 17 – 19.08 NM FRIIDRETT** Byrkjelo

**Lørdag 18.08: Arendalslekene 8 – 14 år. Grand Prix stevne parafridrett?** IK Grane friidrett

**Kretskarusell nr. 5 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.

Muligens også andre øvelser og klasser

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

**Lørdag 18.08 Sommerløpet** Kristiansand løpeklubb

Barneløp 1 km,

Kristiansand/Tresse

Distanser: 5 km, 10 km, halvmaraton og maraton med start og mål i Tresse

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](http://www.sommerlopet.no)

Kontaktperson : Finn Kollstad

**Tirsdag 21.08 KM senior enkeltøvelser del 6** Lyngdal IL  
kl.18.00 (løp og hopp arrangeres først, fra 18.00-19.00 Lyngdal stadion:  
200 m

**Tirsdag 21.08 Kretskarusell Agder nr. 6, Slegge og diskosringstevne nr 5** Lyngdal IL  
Klasser og øvelser: Lyngdal stadion  
10 – 12 år: 200 m, 600, tresteg, slegge  
13 – 14 år: 200 m, 1500 m, diskos, slegge  
Slegge og diskos- alle klasser  
Påmelding Sportsadmin/min idrett til Friidrett innen 15.08

**Onsdag 22.08 HIL- treff** Hannevikas IL  
kl. 18.30 Kristiansand stadion  
200 m,800 m, 3000 m, tresteg, spyd, vekt kast  
Kontakt William Edvardsen for mer info

**Tordag 23.08 KM 10-14 år Aust Agder Kretskarusell Agder nr. 2B**  
Stevnet er kun for Aust egder  
kl.18.00  
10 - 12 år: 60 m, 600 m, høyde, kule.  
13 - 14 år: 60 m, 600 m, lengde, kule  
Påmelding i sportsadmin innen 20. august

**Fredag-søndag 24 .08 -26 .06: NM Veteraner, bane** Stjørdal

**Lørdag – søndag 24.08 - 26.08: NM FRIDRETT Junior**

Oslo  
Bislett

**Lørdag 25.08 Søgnelekene**  
kl. 12.00

Søgne IL, MHI, HOLUM  
Søgne Stadion

**Klasser og øvelser:**

G 10 – 14 år: 60 m, 600 m, lengde, kule, høyde, spyd og 4 x 100 m  
J 10 – 14 år: 60 m, 600 m, høyde, kule, lengde, spyd og 4 x 100 m  
G 13 - 14 år og J 13 – 14 år: 1500 m  
G 15 – 18 år: 100 m, høyde, spyd, lengde, kule, 1500 m og 4 x 100 m  
J 15 – 18 år: 100 m, høyde, lengde, kule, spyd, 1500 m og 4 x 100 m  
Menn senior: 100 m, høyde, lengde, kule, spyd, 1500 m og 4 x 100 m  
Kvinner senior: 100 m, høyde, kule, lengde, spyd, 1500 m og 4 x 100 m

Klasseinndeling: J 10 år – J 11 år – J 12 år – J 13 år – J 14 år – J 15 år – J 16 år – J 17  
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. 50.- pr. øvelse – øvrige klasser kr. 70.-pr. øvelse – stafett kr.  
100.- 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 26.08 Kvernhusmila**

Søgne IL

Se egen hjemmeside med opplysninger.

Langenes

skole/stadion Kontakt: Kjell Gunnar Ytre-Eide telefon 99107775.

Post@kvernhusvannssprinten.com

Start kl. 13.30: Mosjonsløpet **Kvernhusrunden**

– en runde rundt Kvernhusvannet Løypelengde 3,5 km.

Start kl. 13.45: **Kvernhusvannsmila** 10 km kvinne og herreklasse

Alle løper 3 runder på 3,3 km.

Minisprint på 700 m for barn med start kl. 13.00

Se hjemmesidene med info om påmelding

## **September 2018**

**Fredag– Søndag 01.09 – 03.09: Ungdomsmesterskapet BFG Fana, Fana stadion, Bergen**

**Lørdag 01.09 Tvedestrandslekene, Kretskarusell nr. 7 Agder** TT&IF/Risør SS

Lyngmyr stadion i Tvedestrand kan ikke brukes Kjempesteinmyra/Risør

til friidrett Tvedestrand og Risør SS går sammen om å  
arrangere Kretskarusell og Tvedestrandsleker i 2018 i Risør

Sted: Kjempesteinmyra, kl.14.00

Klasser og øvelser: 10 – 12 år: 60 m, 600 m, lengde, ball.  
13 – 14 år: 100 m, 1500 m, høyde, ball.  
15 – 16 år: 100 m, 1500 m, lengde, kule  
17 – 18 år: 100 m, 3000 m, høyde, kule  
M-K-Vet: 100 m, 3000 m, lengde, kule,

Påmelding innen 23.08 til: Gunnar Bjørn Solfjeld, Solfjelvn.18,  
4900 Tvedestrand. e-post: gbs@getmail.no

Startkontingent: kr. 50.- pr. øvelse i konkurranseklassene.

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

Rekruttklasse: Startkontingent: Kr.50 uansett antall øvelser en deltar i.

Premiering: En lik medalje til hver utøver

Startkontingent betales ved fremmøte eller regning sendes.

**Søndag 02.09 Tysåsen Rundt, start:** Fevik stadion

ILExpress

Terrenngløp: alle klasser

kl. 12.30: **Barneløp 1000 m**

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

Påmelding: senest 02.09 eller på stedet 30 min før start

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

**Tirsdag –søndag 04-09-16.09 EM Veteraner**

**Malaga/Spania**

**Tirsdag 04.09 Treningsstevne**

Søgne IL

kl. 18.00

Søgne

stadion

Øvelser: høyde og korthekk

**Onsdag 05.09 Kretskarusell stevne nr. 8**

MHI

**Kl.18.00**

Idrettsparken Mandal

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

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

Påmelding: Online eller e-post innen 1. september

**Lørdag 08.09 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,

Se egne hjemmesider

**Lørdag – søndag 08.09 – 09.09: Lerøylekene Osterøy**

Osterøy IL

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



- Onsdag 12.09 Gangstevne** KGK  
 kl.18.00 Kristiansand stadion  
 Øvelse: 3 km på vei  
 Kontaktperson Ole Petter Saugen
- Lørdag 15.09 NM Maraton Oslo Maraton** **Oslo**
- Onsdag 19.09 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
- Søndag 16.09 Berlin maraton** Berlin  
 Kontakt Kalle Glomsaker 90132838  
 eller Egil Lehne 90135844 for mer info  
 Påmelding og info: [www.maraton.no](http://www.maraton.no)
- Tirsdag 18.09 Klubbmesterskap 3 kamp + noen enkeltøvelser** Søgne  
 IL Søgne stadion  
 kl. 18.00  
 Øvelser: 60 m, liten ball, kule, lengde, 600 m
- Onsdag 19.09 Klubbmesterskap. Innlagt slegge og diskosring nr.6** Hannevikas IL  
 kl. 17.00 Kastfemkamp. Åpent for alle Kristiansand stadion
- Søndag 23.09 Kvarstein rundt – turmarsj 23 km**  
 KGK Oddernesbroa  
 Start kl. 08.30
- Søndag 23.09 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, Kongsmo il og Maratonklubben Vest-Agder.  
 NB: Bløtkake og premie til alle som løper Maraton.
- Søndag 23.09 Fagerheikongen**  
 TT&IF Lyngmyr  
 stadion Lyngmyr Stadion  
 Fra kl. 12.00  
 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: Konkurransklasser lang løype kr.160,  
 Kort løype kr.130  
 Mosjonsklasse lang løype for herrer senior  
 og kort eller lang løype for de øvrige kr.100.

Trimløypa kr.20.  
Etteranmelding kr. 50 i tillegg i konkurranseklassene.  
Påmelding TT&IF, Gunnar Bjørn Solfeld 4900  
Tvedestrand,innen 20.september eller på løpets hjemmeside  
[www.fagerheikongen.no](http://www.fagerheikongen.no)  
Egen innbydelse.

**Tirsdag 25.09 Klubbmesterskap** Søgne  
IL  
kl. 18.00 Søgne  
stadion Øvelser: sprint, høyde, langt løp og diskos

## **Oktober 2018**

**Onsdag 10.10 Avslutningsstevne. Innlagt slegge og diskosring nr. 7** Hannevikas IL  
kl.17.00 Kristiansand  
stadion  
Øvelser: Slegge, diskos pluss øvelser i hopp og løp.

**Torsdag 11.10 - onsdag 17.10: Ungdoms OL** Buenos Aires/Argentina

**Lørdag 13.10 NM terrengløp (lang løype)** Stavanger

**Søndag 14.10 Løpsstevne** IL Express  
kl. 12.00 Fevik stadion  
Øvelser: 3000 m, 5000 m, 10 000 m.

**Søndag 28.10 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](mailto:post@svalandsgubben.com)

## **November 2018**

**Lørdag 03.11 NM halvmaraton** Stavanger

**Lørdag 10.11 Søgne Morothon** Søgne Skiklubb/Søgne IL  
Distanser 21 km, 14 km, 8 km Søgne stadion  
To barneløyper på 1,5 km og 0,6 km  
Se arrangementets hjemmesider: [www.morothon.no](http://www.morothon.no)

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

**Lørdag 11.11 Nordisk Mesterskap terrengløp**

Island

**Lørdag 17.11 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.

**Desember 2018**

**Torsdag 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.