

# Vinterterminliste

## 2019-2020

### Norsk friidrett Aust og Vest Agder

Alle arrangementer i terminlista skal inn i terminlista til friidrettsforbundet via Sportsadmin og [mosjon.friidrett.no](http://mosjon.friidrett.no). Det er informasjonen i NFIF lista 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.

Terminlista i dette formatet legges ut på [friidrett.no/aust](http://friidrett.no/aust) og [friidrett.no/vest](http://friidrett.no/vest) agder friidrettskrets lenke under arrangement og terminliste.

Stevnene vil bli forsøkt annonsert under samme adresse på nyheter

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.

I oversikten er også lagt inn datoer for treningssamlinger i regi av Team Agder Toppfriidrett og Team Agder Lerøy.

Aust Agder  
Agder Friidrettskrets

Friidrettskrets og Vest



21.oktober 2019

---

## Terminliste og treningsamlinger desember - april 2019/2020

### November 2019

Lørdag 02.11

Trening Team Agder

Sør Amfi

kl.10-13.30

Team Agder

Mandag 04.11

Kretstrening mellom/lang 14+

Kristiansand Stadion

Kl 18.00

Team Agder

Langintervall bane Knut W Svendsen

Lørdag 09.11

**Morothon**

**Søgne stadion**

Løyper på 400,1800,11 km 21 km

Søgne IL

Se egen hjemmeside for påmelding og info

Lørdag 09.11

**Hålandsheia Rundt**

**Frøysland skole**

Løype 11.5 km

**MHI**

Lørdag 09 .11

Trening Team Agder Lerøy

Sør Amfi Grimstad

kl.11-14 Innkalling facebook/ mail 13-14 åringer i 2020

Team Agder

Gruppetrening løp, hopp, kast

Lørdag 09.11

Team Agder 15 +

Sør Amfi Grimstad

Kl. 10-13.30

Gruppevis innkalling

Team Agder

Stav kl. 10-12 H Breivik, nybegynnere kl 12.45-13.30

Lørdag 16.11

Treningsamling

### **Trening Team Agder 15+**

kl.10-13 -Gruppevis innkalling

Stav kl.10-12 H Breivik , nybegynnere kl. 12.15 13.30

### **Mandag 18.11**

#### **Kretstrening mellom/lang 14+**

Kl 18.00

Langintervall Stian Flo

### **Søndag 24.11**

#### **Trening Team Agder Lerøy og 15+**

kl.11-16

Kl. 13 Stavtrening H Breivik

Kl.15 Antidoping info-rent særforbund

### **Lørdag 30 .11**

#### **Trening Team Agder 15+**

kl.10-13 Gruppevis innkalling

## **Desember**

### **Mandag 02.12**

#### **Kretstrening 14+ kl. 18.00**

Langintervall Ansvarlig Knut Svendsen

### **Torsdag 05.12**

#### **Nissestevne**

**Kl.18.00**

### **Lørdag 07.12**

#### **Trening Team Agder 15+**

kl.10-13 Gruppevis innkalling

Kl 10-12 Stav H Breivik, nybegynnere 12.15-13

### **Lørdag 14.12**

#### **Team Agder 15+ trening**

kl.10-13.30 Gruppevis innkalling

Kl 10-12 Stav H Breivik, nybegynnere 12.15-13.30

**Sør Amfi Grimstad**

**Team Agder**

**Grimstad**

Team Agder

**Otrahallen Hornnes**

**Team Agder/Otra**

**Sør Amfi**

**Team Agder**

**Kristiansand stadion**

**Team Agder**

**Gimlehallen**

**KIF**

**Sør Amfi**

**Team Agder**

**Sør Amfi**

**Team Agder**

Treningssamling

### **Lørdag 21.12**

#### **Trening Team Agder 15+**

kl.10-13.30 Gruppevis innkalling

**Sør Amfi**

**Team Agder**

### **Fredag 27.12.**

#### **Tredje juledagsløpet**

Barneløp og ikke tid – start kl 13.30

3 og 10 km start kl. 14.00

**Mandal**

**Maratonkl/MHI**

### **Lørdag 28.12.**

#### **Romjulsamling Team Agder**

Kl.11-13 Drop inn samling

**Sør Amfi**

**Team Agder**

## **Januar 2020**

### **29.12-12.01**

#### **Samling Tenerife Agder/Lyngdal**

(sammen med flere andre kretser/landslagsgrupper)

Primært sprint Jens Arild Johannessen

**Team**

### **Lørdag 04.01**

#### **Trening Team Agder 15+**

kl.11-13 Gruppevis innkalling

**Sør Amfi**

**Team Agder**

### **Mandag 06.01**

#### **Kretstrening 14+ Ansvarlig Knut Svendsen**

Kl. 18.00 Langintervall

**Team Agder**

### **Lørdag 11.01**

#### **Team Agder Lerøy Samling 13-14 år**

Kl.11-14 Gruppeinndeling løp, hopp, kast

Innkalling facebook- mail

**Sør Amfi Grimstad**

**Team Agder**

### **Lørdag 11.01**

#### **Trening Team Agder 15+**

kl.11-13 Gruppevis innkalling

**Sør Amfi**

**Team Agder**

### **Lørdag 11.01**

Treningssamling

**Vinterkarusellen. 3 og 10 km. Løp nr.1**

Påmelding klubbhuset Søgne Stadion

**Tangvall**

Startkont. Kr.50.- pr. løp. 4 løp gir premie.

**Søgne IL**

Alle løp med start kl.14 og påmelding fra kl.13.

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

Arrangør: Kristiansand Løpeklubb, Søgne Friidrett, MHI Friidrett  
og Maratonklubben Vest-Agder.

**Tirsdag 14.01**

**Treningsstevne**

**Tangvall skole**

Kl.19.00 Hopp uten tilløp

**Søgne IL**

Mer info på Søgne il friidrett facebook

**Lørdag 18.01.**

**Vinterkarusellen, 3 km og 10 km løp nr. 2**

**Kr.sand stadion**

Påmelding: Kristiansand Stadion

**KLK**

Øvrig info se løp 1 i Søgne

**Lørdag 18.01 og søndag 19.01**

**NM Mangekamp innendørs**

**Nes Arena**

**Hvam IL**

**Lørdag 18.01.**

**Sør norsk mesterskap**

**Gimlehallen**

60 m,60 mh, kule,lengde,høyde,800 m

**KIF**

Invitasjon sendes lagene

**Søndag 19.01**

**Nasjonalt stevne Grimstad**

**Sør Amfi**

Mer info kommer

**Grane/Sørild**

**Lørdag 25.01.**

**KM Aust og Vest Agder innendørs alle klasser**

**Fibohallen**

60m, kule, hekk, lengde, høyde,vekt,

**Lyngdal IL**

Online påmelding/min idrett

**Lørdag 25.01.**

**Vinterkarusellen 3 og 10 km Løp nr.3**

**MHI/Maratonklubben**

Treningssamling

Påmelding i Mandalshallen

**Mandalshallen**

Info se løp 1 i Søgne

## **Februar**

**Lørdag-søndag 01.-02.02**

NM inne senior , hopp uten tilløp senior og junior

**Rudhallen Bærum**

Online påmelding

**Lørdag 01.02**

**Trening Team Agder 15 +**

**Sør Amfi Grimstad**

Kl.10- 13.30 Gruppevis innkalling

**Team Agder**

Kl. 10-12 Stav H Breivik, nybegynnere kl. 12.15 13.30

**Mandag 03.02**

**Kretslagstrening 14+**

**Hvor**

Langintervall

**Team Agder**

Kl. 18.00 Ansvarlig Knut Svendsen

**Torsdag 06.02**

**Rekrutteringsstevne**

**Fibohallen**

8-14 år 60m,kule,lengde

**Lyngdal IL**

**Lørdag 08.02.-søndag 09.02**

**Tyrvinglekene innendørs**

**Rudhallen Bærum**

Se egen hjemmeside. Online påmelding

**Lørdag 08.02**

**Vinterkarusell Søgne 3- 10 km** Løp nr. 4

**Tangvall**

Start kl.14, Påmelding fra 13. på klubbhuset

**Søgne IL**

**Lørdag 15.02**

**Kretskamp mot Bu-Ve-Te**

**Rudhallen/Bærum**

Gjelder gutter og jenter 13-19 år. Lag tas ut av kretsen.

**Kretsene**

60m hekk, 60 m, 200 m, 600/800 m, lengde, kule, høyde, stafett

Stav: tre gutter og tre jenter deltar for Agder, uavhengig av alder.

Tyrvingtabellen bestemmer plassering. Start kl. 12.00

Treningssamling

## Lørdag 22.02

### Samling Team Agder 15+

Kl.10-13.30 Gruppevis innkalling

Kl.10-12 Stav H Breivik nybegynnere Kl. 12.15-13.30

Sør Amfi Grimstad

Team Agder

## Lørdag 29.02

### Team Agder Lerøy Samling 13-14 år

Kl.11-14 Gruppeinndeling løp, hopp, kast

Innkalling facebook- mail

Kl 10-12 Stav H Breivik, nybegynnere 12.15-13

Sør Amfi Grimstad

Team Agder

## Lørdag 29.02

### Trening Team Agder 15+

kl.11-13 Gruppevis innkalling

Sør Amfi

Team Agder

## Mars

### Søndag 01.03

#### Grane Games

Mer info kommer

Granehallen

IK Grane Arendal

### Mandag 02.03

#### Kretslagstrening 14 + langintervall

Kl.18.00Langintervall Ansvarlig Knut Svendsen

Hvor??

Team Agder

### Fredag 06.03 - søndag 08.03

#### UM Innendørs

Online påmelding/ Min Idrett

Rudhallen/Bærum

## Lørdag 29.02

### Vinterkarusellen 3 og 10km

Påmelding, start og mål, Kristiansand Stadion

Se info stevne 1 i Søgne

Krs løpeklubb

## Lørdag 07.03

### Team Agder 15+ Samling

Gruppevis innkalling

Sør Amfi Grimstad

Team Agder

Treningssamling

Åpent fra kl. 11.00

**Lørdag 07.03.**

**Vinterkarusellen 3 og 10 km nr. 6**

Påmelding ved Mandalshallen

Øvrig info se løp 1 i Søgne

Premieutdeling etter løpet

**Lørdag 14.03**

**Team Agder 15+ Samling**

Gruppevis innkalling

Åpent fra kl. 11.00

**Mandag 16.03**

**Kretslagstrening 14 + langintervall**

Kl.18.00 Langintervall Ansvarlig Stian Flo

**Tirsdag 17.03.**

**Klubbmesterskap Søgne**

Hopp uten tilløp Start med de yngste kl. 17.00

Mer info på Søgne il friidrett facebook

**Torsdag 19.03**

**Klubbmesterskap Søgne**

kl. 19.30 Høyde uten tilløp 12 +

**Lørdag 21.03**

**Team Agder Lerøy**

Samling for Team Lerøy

Kl. 11-14 Invitasjon sendes ut

**Lørdag 21.03**

**Team Agder 15+ Samling**

Kl.11-13

**Lørdag 28.03.**

**KM terrengløp alle klasser(ikke bekreftet)**

Treningssamling

**Mandalshallen**

**Mandal**

**Sør Amfi Grimstad**

**Team Agder**

**Grimstad**

**Team Agder**

**Tangvall skole**

**Søgne IL**

**Lundehallen**

**Søgne IL**

**Sør Amfi**

**Team Agder**

**Sør Amfi**

**Team Agder**

**Arrangør??**

**Hvor**



1,5,3 og 9 km

Alleklasser fra 10 år. Også 1600 m med innlagt hinderbane.

## April

05.04.- 15.04

**Treningssamling Algarve ,Portugal**

**Algarve**

Samling hvor Agderklubbene har felles treningsleir med klubb/kretstrenere

Klubber/kretsen organiserer leir sammen. Trenere i løp, hopp, kast og

mellom dist. blir med. 25 plasser med fly fra Kristiansand

Avreise Kristiansand 5 april- retur 15 april.

Tilbud på turen kan fås ved henvendelse til kretsen.

### **PORTUGAL FRA KRISTIANSAND 05. – 15. april 2019.**

**Reiseopplegg:**

05. april kl. 0610-0735. Kr.sand – Amsterdam med KLM flight KL1206

05. april kl. 0855-1055. Amsterdam - Lisboa med KLM flight KL1693

05. april kl. 11.30-1330. Lisboa Lufthavn -Bosted.

15. april kl. 1000-1300. Bosted – Lisboa Lufthavn

15. april kl. 1535-1935. Lisboa – Amsterdam med KLM flight KL1696

15. april kl. 2135-2300. Amsterdam – Kr.sand med KLM flight KL1211

**Bosteder:**

**Alfamar i dobbeltrom på hotellet**

- halvpensjon **NOK 9.750,**

**Alfamar i dobbeltrom på hotellet**

- helpensjon **NOK 11.300,**

**Beach Resort Adriana** i rom (21m2) for 3 personer – All inclusive **NOK 11.300,**

**Beach Resort Adriana** i rom (21m2) for 2 personer – All inclusive **NOK 11.500,**

**Beach Resort Adriana** i rom (21 m2) for 1 person - All inclusive **NOK 13.400,**

**NB! All inclusive er 3 måltider, samt snacks mellom måltidene - all drikke inkludert.**

Les om hotellet på: [www.adrianabeachclub.com](http://www.adrianabeachclub.com)

**MEGET VIKTIG: De som bor på Adriana har tilgang til banen/styrkerom på Victoria.**

Adriana har eget styrkerom som passer godt for mellom- og langdistanseutøvere.

**Victoria Beach & Sport** i leilighet for 2 pers – frokost inkl. **NOK 9.100,**

**Victoria Beach & Sport** i leilighet for 2 pers – halvpensjon. **NOK 10.450,**

**Victoria Beach & Sport** i leilighet for 2 pers – helpensjon. **NOK 11.400,**

**Tillegg for enkeltrom – NOK 2.000,**

NB! Victoria har fullt utstyrt kjøkken i alle leiligheter.

**VICTORIA har nyrenovert bane og styrkerom.**

**I prisene inngår:**

- Flyreise Kr.sand – Lisboa tur/retur på økonomiklasse.

Treningssamling

- Turistbuss Lisboa Lufthavn - Bosted tur/retur.
- Alle kjente skatter og avgifter pr dd. Disse kan endres av flyselskap/myndigheter.
- 10 netter på valgt bosted.
- Treningsavgifter for bane og styrkerom
- Reiseledertjeneste.

**NB! Forbehold om endringer i kurs mellom Euro og NOK, samt flyavgifter.**

Ved kalkyledato er kurs 1 Euro = NOK 10,30.

**Ikke inkludert:**

- Personlige forsikringer.
- Avbestillingsforsikring ved sykdom (6% av turpris)

**Betalingsbetingelser:**

Depositum NOK 3.000 pr person ved bestilling.

Restbeløp pr. 20. januar 2020.

**Øvrige betingelser:**

Navnrapportering: 30 dager før avreise

Billettering: 14 dager før avreise

Endringer: Navneendring etter utstedelse av billetten mot et gebyr på EUR 100.

Kanselleringer: Mer enn 30 dager før avreise – depositum tapt.

30-15 dager før avreise - 50 % av prisen

14-7 dager før avreise - Turens kostnad

Bestilling sendes på mail til: [alfeinar.friestad@gtravel.no](mailto:alfeinar.friestad@gtravel.no)

Kristiansand 26. oktober 2019

Alf Einar Friestad