

NYBROTTKARUSELLEN 2015

IL Nybrott og Stjørdal FIK innbyr alle mosjonister og konkurranseløpere til årets karusell på Stjørdal. Nybrottkarusellen er et tradisjonelt løpstilbud, og vi ønsker at det skal være plass både for raske konkurranseløpere og løpere/mosjonister med joggefart. Mange liker best å løpe lange distanser, mens andre mener at kortere distanser gir like mye for kroppen. Vi har tilbud til begge kategorier. **Nybrottkarusellen arrangeres i år for 38. året på rad.**

Vi har også i år et tilbud til deltakere fra 11 – 12 år om en rimelig startkontingent, se nedenfor. Og litt kortere distanser.

På grunnlag av mange gode forslag har vi lagt om årets løpsprogram. Vi har delvis gått tilbake til det opprinnelige løpsprogrammet med 6 løp, men med noen endringer. Viktigste endringen er at 6 km blir omgjort til 5 km, at vi gjeninnfører 3000 m, at kvinner og menn løper samme distanser, og at man må gjennomføre 3 av de 5 første løpene for å bli med på sammenlagt- og premielista. 6. løpet kan man delta i som en bonus.

Den individuelle premieringen er den samme i både ”Langkarusellen” og i ”Kortkarusellen”.

LØPENE ARRANGERES PÅ FØLGENDE DAGER:

1. løpet går onsdag den 22. april med 3,2 km for kvinner og menn, og 0,8 km i kortkarusellen
2. løpet går onsdag den 20. mai med 5,0 km for kvinner og menn, og 2,1 km i kortkarusellen
3. løpet går tirsdag den 16. juni med 3000 m for kvinner og menn, og i kortkarusellen 1000 m for 15-99 år og 600 m for 11-14 år.
4. løpet går onsdag den 19. august med 1500 for kvinner og menn, og i kortkarusellen 1500 m for 15-99 år, og 300 m for 11-14 år
5. løpet går onsdag den 16. sept. med 10 km for kvinner og menn, ingen kortkarusell.
6. løpet går lørdag den 3. oktober med halvmaraton for kvinner og menn. Ingen kortkarusell.

NB! 5 km, 10 km og halvmaraton er godkjent av Kondis og blir med på Norgesstatistikken.

KLASSEINNDELING:

Kvinner:	K 15-19 år (langkarusell)	<u>J 11-12 år</u> (kortkarusell)
Jenter:	K 20-39 år (langkarusell)	<u>J 13-14 år</u> (kortkarusell)
	KV 40-44 år (langkarusell)	<u>K 15-99 år</u> (kortkarusell)
	KV 45-49 år (langkarusell)	
	5-års intervaller videre oppover	

Menn/gutter: Samme klasseinndeling som for kvinner, f. eks. G 11-12 år og MV 40-44 år. Alder regnes pr. kalenderår, dvs den alder som er oppnådd eller oppnås i løpet av 2015.

STARTKONTINGENT for hele karusellen :

Kr. 400 for 13 år og eldre. Kr. 250 for klassene 11-12 år.

Beløpet inkluderer engangslisens med kr. 40 til Friidrettsforbundet for 13 år og eldre.

Startkontingent for enkeltløp er kr. 100 inkludert engangslisens med kr. 20.

Påmelding til enkeltløp skjer på løpsdagene med kontant betaling.

Løpere som foreviser kvittering for betalt helårslisens behøver ikke betale engangslisens.

PÅMELDING sendes sammen med startkontingent på vanlig giro eller nettbank til:

Nybrottkarusellen, Postboks 72, 7501 Stjørdal, konto nr. 4465.06.02568.

Deltakernavn, klubb, fødselsår og klasse, samt "Lang" eller "Kort" karusell, må påføres giroen eller nettbankbilaget, og eventuelt lisensnummer. Send liste ved betaling for mange.

NB! Klassene 11-12 år og 13-14 år kan bare delta i "Kortkarusellen".

NB! PÅMELDINGSFRISTEN ER: ONSDAG 15. APRIL 2015.

Løpere som melder seg på etter påmeldingsfristen 15. april må betale kr. 50.- ekstra.

START- OG MÅLOMRÅDE: Alle løp, unntatt 10 km og halvmaraton har start inne på Øverlands Minde. Alle løpene har målinnkøst inne på Øverlands Minde (stadion).

Garderøber i den nye Stjørdalshallen. Stevnekontor/sekretariat i stevnehuset.

Mer info om arrangementet på tlf: **95055808 Per Kvalheim** eller **45614952 Olaf Lydvo.**

Internettadresser: "www.Nybrott.info", eller sfik.no, med link videre til "Nybrottkarusellen".

Hovedsponsor for Nybrottkarusellen:



Vel møtt til Nybrottkarusellen 2015!