

VIKINGSTAFETTEN 2017

for 12. gang

Tirsdag 4. april kl 1830 på Skansemyren



Stafetten har følgende klasseinndeling:

- Jenter 10 år og yngre
- Gutter 10 år og yngre
- Miks 10 år og yngre
- Jenter 11-18 år, total alder max 84 år
- Gutter 11-18 år, totalt alder max 84 år
- Miks 11-18 år, total alder max 84 år
- Miks 16-22 år

Stafetten har følgende etapper for 10 år og yngre:

1. etappe: 100m
2. Etappe: 150m
3. Etappe: 200m
4. Etappe: 100m

Stafetten har følgende etapper for 11-18/16-22 år:

1. etappe: 200m
2. etappe: 200m
3. etappe: 300m
4. etappe: 250m
5. etappe: 400m
6. etappe: 100m

Påmelding og startkontingent:

Påmelding sendes innen 31. mars på e-post til: bjo-la@online.no

Startkontingent kr 300,- for hver av de 2 første lagene pr klubb, kr 200,- for lag nr 3 og 4, og kr 150,- for 5 lag og flere. Startkontingent betales til bankgiro 3625 88 58489 T&IF Viking

VIKINGSTAFETTEN

2. veksling

Garderober

Start og mål,

Garasje

Gress

4. og 5. veksling
3. veksling Rekrutt

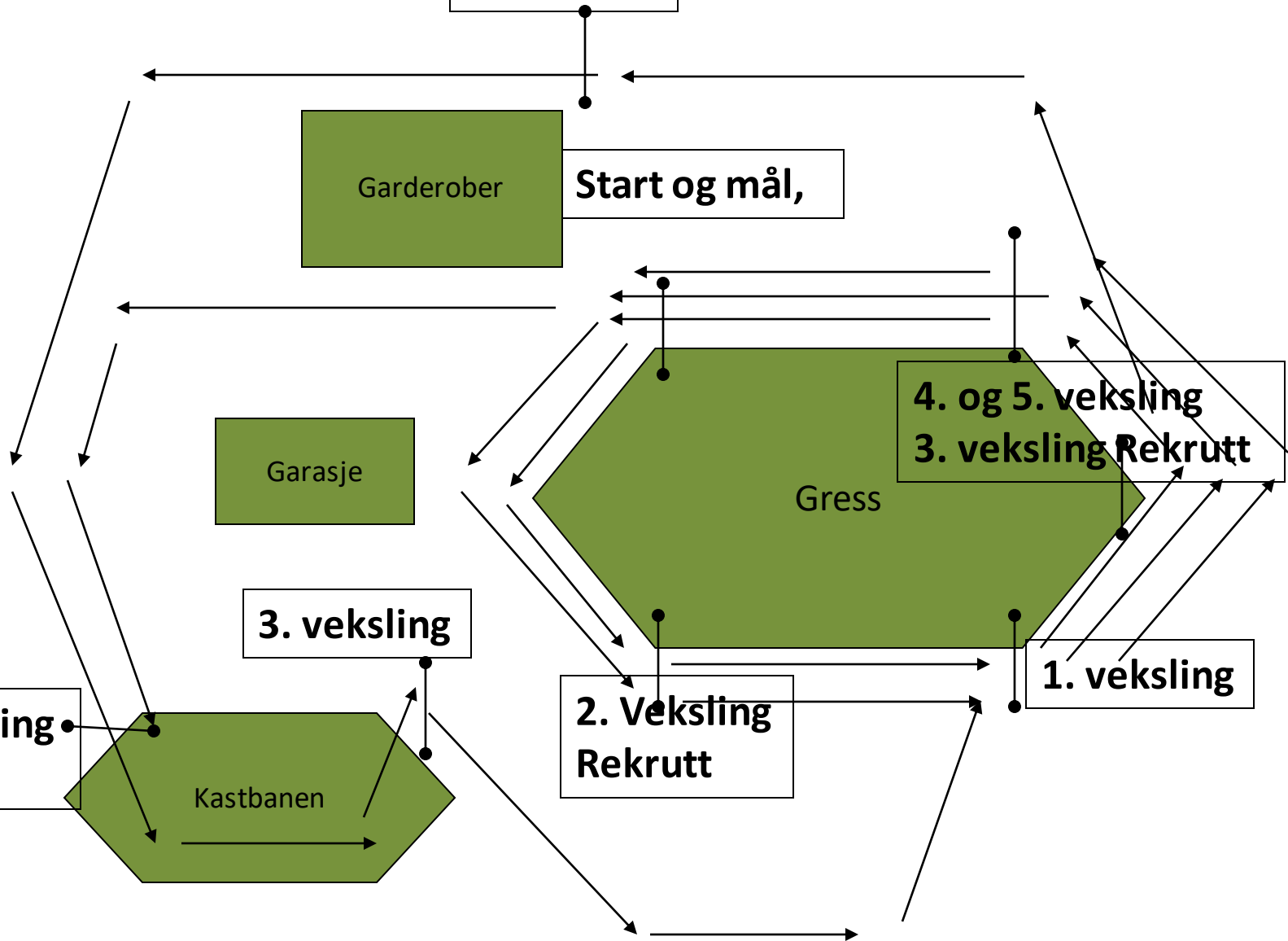
3. veksling

1. veksling
Rekrutt

Kastbanen

2. Veksling
Rekrutt

1. veksling



VIKINGSTAFETTEN

11-18 år/16-22 år

- | | | |
|-----------|-------------------|--|
| 1. etappe | 200m bane | Fra START og til 200m på banen |
| 2. etappe | 200m bane/terreng | Fra 200m på banen, opp bakken (før 100m start) til boden ved tribune |
| 3. etappe | 300m terreng | Fra boden ved tribune, til porten, under bru, ned på kastbanen og opp på banen |
| 4. etappe | 250m terreng/bane | Fra svingen på bane, ned bakken og opp på banen litt etter 200m start, frem til 100m start |
| 5. etappe | 400m bane | Fra 100m start og 1 runde på banen |
| 6. etappe | 100m bane | Fra 100m start og til MÅL |

10 år og yngre (Rekrutt)

- | | | |
|-----------|--------------|---|
| 1. etappe | 100m terreng | Fra START mot porten, under bru og ned på kastbanen |
| 2. etappe | 150m terreng | Fra begynnelsen av kastbanen og opp på banen |
| 3. etappe | 200m bane | Fra svingen på bane til 100m start på banen |
| 4. etappe | 100m bane | Fra 100m start og til MÅL |