



Vest-Agder Friidrettskrets og KIF Friidrett ønsker velkommen til NM junior i Kristiansand 14.-16. august 2020. Alle øvelsene vil foregå på Kristiansand Stadion. NFIF's reglement i forhold til korona-situasjon vil bli fulgt nøye. Det tas forbehold om endringer som følge av helsemyndighetens bestemmelser.

FREDAG 14. AUG – forventet start kl. 1200:

Kvinner/U20 og U23	100m, 400m/Fo, 1500m/Fo, 3000m hi, 3000m kappgang, høyde, lengde/Kv, kule, slegge, spyd/kv, stav
Menn/U20 og U23	100m, 400m/Fo, 1500m/Fo, 3000m hi, 3000m kappgang, lengde, diskos

LØRDAG 15. AUG – forventet start kl. 1100:

Kvinner/U20 og U23	200m/Fo+Se, 400m/Fi, 800m/Fo, 1500m/Fi, 400mhk, lengde/Fi, tresteg/Kv, diskos/Kv, spyd/Fi
Menn/U20 og U23	200m/Fo+Se, 400m/Fi, 800m/Fo, 1500m/Fi, 400mhk, høyde/Kv, stav, tresteg, kule/Kv, slegge, spyd/Kv

SØNDAG 16. AUG – forventet start kl. 1100 – antatt slutt kl. 1600:

Kvinner/U20 og U23	200m/Fi, 800m/Fi, 3000m, 100mhk, tresteg, diskos
Menn/U20 og U23	200m/Fi, 800m/Fi, 5000m, 110mhk, høyde, kule, spyd
U23/K og M (18-22 år)	1000m stafett

KLASSER: U20 for utøvere f. 2001-2002, U23 for utøvere f.1998-2000, U23 for utøvere f.1998-2002 på 100m para og 1000m stafett.

STARTKONTINGENT: Kr 250 indiv. øvelse – kr 750 stafett må innbetales ved påmelding til konto 3060.37.66470 – NM Kristiansand - for at påmeldingen skal være gyldig.



KVALIFISERINGSKRAV:

	Menn		Kvinner	
	U23	U20	U23	U20
100 m	11.59/11.3	11.75/11.5	12.99/12.6	13.20/12.9
200 m	23.30/23.0	23.75/23.5	26.80/26.5	27.10/26.8
400 m	51.50/51.3	52.80/52.6	60.99/60.8	61.99/61.8
800 m	1:58.49	2:00.49	2:21.99	2:24.99
1500 m	4:07.99	4:14.99	5:04.99	5:04.99
3000 m	8:59.99	9:14.99	10:59.99	11:09.99
5000 m	16:09.99	16:29.99		
100 m hekk			16.49/16.2	16.49/16.2
110 m hekk	16.99/16.7	17.99/17.7		
400 m hekk	59.99/59.8	61.99/61.8	68.99/68.8	69.99/69.8
3000 m hinder	10:19.99	●	●	●
3000 m kappgang	<i>15.44.99</i>	<i>16.29.99</i>	17:29.99	17:49.99
Høyde	1,88	1,83	1,58	1,58
Stav	3,50	3,50	2,70	2,70
Lengde	6,40	6,15	5,15	5,10
Tresteg	13,00	12,70	10,50	10,40
Kule	11,75	12,00	10,00	9,50
Diskos	37,00	35,00	30,00	29,00
Slegge	40,00	40,00	35,00	35,00
Spyd	50,00	46,00	35,00	35,00

Utøvere fra Nordland, Troms og Finnmark er fritatt fra kvalifiseringskravene pga. corona-krisen.

PÅMELDING: Påmelding i Min Idrett innen 4. august.

HOTELBESTILLING: **NM hotell:** Thon Hotel Parken og Thon Hotel Norge.

Priser pr rom inkl. frokost:

Enkeltrom	Dobbelrom	3-sengsrom	4-sengsrom
Kr 890	Kr 1.090	Kr 1.290	Kr 1.490

Bestilling av hotell: synnove.egedal@olavthon.no – Tlf. 92843633.

Betaling for hotellet gjøres til konto: 3060.37.66470 – NM Kristiansand.

INFORMASJON: Inger Steinsland – ib.steinsland@gmail.com - Tlf. 90507725.



sparekassingsbanken