





















# Terminliste 2016 *Norsk friidrett* Nord-Trøndelag **à jour pr.16.02. 2016**





Tidspunkt	Stevnenavn	Klasser og øvelser	Arrangør/Sted
26.- 28.02.2016	<b>UM Innendørs</b>		<b>Steinkjer alliansen/Steinkjerhallen</b>
05.- 06.03.2016	<b>NM innendørs + NM hopp u/tilløp</b>	<b>Senior og junior</b>	<b>Bærum</b>
11.03.2016 Kl. 1800	<b>Friidrettens dag Stjørdal</b> Sted: Fosslia fjellhall	<b>Friidrettens Dag er en dag hvor friidretten presenteres med bruk av fargerikt utstyr og kreative løsninger.</b>	 <p><b>Stjørdal friidrettsklubb</b> postboks 315 7501 Stjørdal 456 14 952 <a href="http://www.sfik.no">www.sfik.no</a> <a href="mailto:olaf.lydvo@ktv.no">olaf.lydvo@ktv.no</a></p>
03.04.2016 KI 1200	<b>Frostatingløpet 2016</b>  Tinghaugen, Frosta Påm.frist: 1time før start Starter/dommer: Hermann Storfloer	Alle mosjonsklasser fra 12år – løypelengde 8km	<b>Frosta il</b> Kontakt: Magne Vårvik Tlf: 900 69 356 Startkont: Konk.klasse kr 100,- Mosjonsklasse kr 75,- Ungdom kr 75,- Familie kr 200,-
08.04.2016 KI 1830	<b>NTE Namsosstafetten</b>  Sted: Namsos sentrum Påm.frist: 06.04.2016 Starter: Nils Jørgensen Dommer: Lise Solstad	 <p><b>Åpning av NTEs stafettserie 2016</b> Mix 8-10 år J/G 11-12, 13-14, 15-17, senior og veteran Namsosstafetten ble fra i fjor en sentrums-gatestafett.</p>	 <p><b>Namsen friidrettsforening</b>  v/Stein Landsem Postboks 250 7801 Namsos Tlf: 97 57 19 49 <a href="mailto:stein.landsem@ntfk.no">stein.landsem@ntfk.no</a> Hjemmeside: <a href="http://idrett.speaker.no/Organisation.asp?id=27037">http://idrett.speaker.no/Organisation.asp?id=27037</a></p>
09.- 10.04.2016	<b>NM – terrengløp korte distanser + stafett.</b>		<b>Stavanger</b>
15.04.2016 KI 1830	<b>NTE Beitstadstafetten</b>  Sted: Beitstad skole Påm.frist: 13.04.2016 Starter: Jan A. Foosnæs Dommer: Tone Merete Moan	 <p><b>2.omgang i NTEs Stafettserie</b> Mix 8-10 år J/G 11-12, 13-14, 15-17, senior og veteran</p>	<b>Beitstad IL, friidrett</b> v/Randi Bartnes 7730 BEITSTAD Tlf. 951 55 537 E-post: <a href="mailto:rbartne@online.no">rbartne@online.no</a>
20.04.2016 kl. 18.00	 <p><b>1.løp</b> Starter: Ole T. Krogstad Dommer: Ola Lerfald</p>	<b>Gate/vei</b> Menn og kvinner: 3,2 km kortkarusell 0,8 km	<b>IL Nybrott/Stjørdal FIK</b> V/Nybrottskarusellen Boks 72, 7501 Stjørdal Kontaktlf: 45 61 49 52 <a href="http://www.nybrott.info">www.nybrott.info</a>



<p>23.04.2016 KI 1400</p>	 <p><b>KM Terrenngløp korte løyper.</b></p> <p><b>Påmeldingsfrist:</b> 21.04.2016</p> <p><b>Starter:</b> Jan M. Troseth <b>Dommere:</b> Anne Engen Andersen, Anders Røflo, Per A. Bjøru.</p>	<p><b>KM alle klasser fra 13 år til og med veteran.</b></p> <p><b>Kretsterrenngløp for klassene 6 – 12år.</b></p> <p>Jenter og gutter 6 – 9 år ca 350 m Jenter og gutter 10 - 12 år ca 700 m Jenter og gutter 13 - 14 år ca 700 m Jenter og gutter 15 - 18 år ca 1500 m Junior, senior og veteran kvinner ca 1500 m Menn senior ca 3000 m Menn junior og veteran ca 1500 m</p>	 <p><b>il Dalebrand friidrett</b> v/Kjell Olav Storflor <a href="mailto:kolstor@online.no">kolstor@online.no</a> 95 25 22 77</p>
<p>27.04.2016 kl. 18.00</p>	<p><b>Vårsprett 1</b> Øverlands Minde <b>Påm.frist:</b> 1 time før start: <b>Starter:</b> Maj Britt Juul <b>Dommer:</b> Arne Bremseth</p>	<p><b>Bane/terrenngløp</b> J/G under 6 år ballongløp og leikbetonte øvelser J/G 6 – 12 år ca. 240 m</p>	 <p><b>Stjørdal friidrettsklubb</b> postboks 315 7501 Stjørdal 456 14 952 <a href="http://www.sfik.no">www.sfik.no</a> <a href="mailto:olaf.lydvo@ktv.no">olaf.lydvo@ktv.no</a></p>
<p>28.04.2016 KI 1800</p>	<p><b>Terrenngløp</b> <b>Sted:</b> Ørin friområde</p> <p><b>Påmeldingsfrist:</b> 26.04.2016 Online påmelding.</p> <p><b>Starter:</b> Jan M. Troseth <b>Dommere:</b> Anne Engen Andersen, Anders Røflo, Per A. Bjøru.</p>	<p><b>Klasser og løypelender</b></p> <p><b>Jenter og gutter</b> <u>6,7,8,9 år</u> ca. 350 m <u>10,11,12 år</u> ca.700 m <u>13,14 år</u> ca.700 m <u>15,16,17,18 år</u> ca.1500 m <b>Junior, senior og veteran kvinner:</b> ca 1500 m <b>Menn senior</b> ca 3000 m <b>Menn junior og veteran</b> ca 1500 m</p>	<p><b>Verdal friidrettsklubb</b> v/ Steinar Bergsmo</p> <p>Påmelding konk.klasser sendes: <a href="mailto:Bstei357@online.no">Bstei357@online.no</a></p>
<p>30.04.2016 kl. 14.00</p>	<p><b>NTE</b> <b>Ogndalstafetten</b></p> <p><b>Sted:</b> Ogndal skole og Røysing stadion <b>Påm.frist:</b>27.04.2016 <b>Starter:</b> Petter Spolèn <b>Dommer:</b> John Ellingen</p>	 <p><b>3.omgang i NTEs Stafettserie</b></p> <p>Mix 8-10 år J/G 11-12, 13-14, 15-17, senior og veteran</p>	 <p><b>Ogndal IL Friidrett</b></p> <p>v/Normann Ryan Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer tlf. 93 202 223 <a href="mailto:norm@t-a.no">norm@t-a.no</a></p>
<p>02.05.2016 KI 1930</p>	<p><b>Vårkarusell</b> Svenningmoen. <b>Påm. frist:</b> kl 1900</p> <p><b>Starter:</b> Stein Sagvik <b>Dommer:</b> Sverre homstad</p>	<p><b>Klasser/øvelser</b> Jr 15-22år, 23-34 år, 35-49 år og kl. 50 år og eldre. Samme klasseinndeling både for damer og herrer.</p> <p>3000m</p>	 <p><b>Overhalla Idrettslag</b></p> <p>v/ Sverre Homstad 91376663 <a href="mailto:sverre.homstad@felleskjopet.no">sverre.homstad@felleskjopet.no</a></p>




<p>04.05.2016 KI 1830</p>	<p align="center"><b>NTE</b> <b>Stjørdalsstafettene</b></p> <p><b>Sted:</b> Øverland Minde, Stjørdal <b>Påm.frist:</b> 02.05.2016 <b>Starter:</b> Thomas Schiefloe <b>Dommere:</b> Arne Brunnes, Inger Vikan Sveen, Jens Holte, Eli Rye Saur, Sidsel Schönberg, Per Meland, Roald Sagerup.</p>	 <p align="center"><b>4.omgang i NTEs Stafettserie</b></p> <p>Mix 8 – 10år J/G 11-12, 13-14, 15-17 Senior og veteran</p>	<p><b>il Stjørdals Blink Friidrett</b> v/Bjørn Ivar Hagen <a href="mailto:hage@ntebb.no">hage@ntebb.no</a> Tlf: 92 42 17 52</p> <p>Kontonr: 4465.24.07800</p>
<p>05.05.2016 kl. 18.00</p>	<p><b>Klubbmesterskap del 1/ Seriestevne i hopp og kast</b></p> <p><b>Sted:</b> Tønsåsen idrettspark <b>Påm.frist:</b> ½ t før start <b>Dommere:</b> Odd A. Rolseth, Are Breimo, Gunnar Weiseth, Roald Sagerup, Per M. Sætherø.</p>	<p>Alle klasser 10år o.e. Høyde og lengde u/tilløp Høyde, stav, diskos, slegge.</p>	<p><b>Lånke il</b> <a href="mailto:Ivar.nilssen@ntebb.no">Ivar.nilssen@ntebb.no</a> 74 80 63 71 / 92 85 22 41</p>
<p>07.05.2016 kl. 1100</p>	<p><b>Terråkmila</b></p> <p>Start/mål: Terråk skole <b>Påm.frist:</b> fra kl 1000 <b>Starter/dommer:</b> Steinar Gjesth.</p>	<p><b>Landeveisløp (grusede terrengløyper)</b> junior, senior, veteran og trim/mosjon. Distanser: 9,5km</p>	<p><b>Terråk IL</b> Friidrett Rønnaug Helstad 7980 Terråk <a href="mailto:ro-helst@online.no">ro-helst@online.no</a> Tlf: 90870559</p>
<p>07.05.2016</p>	<p><b>HOLMENKOLLSTAFETTEN</b></p>		<p><b>Oslo</b></p>
<p>08.05.2016</p>	<p><b>MIL-mila</b> <b>Sted:</b> Malm stadion i Verran kommune. <b>Påm.frist:</b> 06.05.2016 <b>Starter/dommer:</b> Gunnar Aftret</p>	<p><b>Alle klasser:</b> 10km gateløp.</p>	<p><b>Malm il</b> v/Kennet Myhre <a href="mailto:kenneth@malmil.no">kenneth@malmil.no</a></p>
<p>09.05.2016 kl. 18.00</p>	<p><b>Vårspretten 2</b></p> <p><b>Sted:</b> Øverlands Minde <b>Påmelding ved 1. løpet</b> <b>Starter:</b> Steinar Lundemo <b>Dommer:</b> Jon Einar Kvaal</p>	<p>J/G under 6 år leikbetont 60 m med en voksen J/G 6 – 12 år 60 m</p>	 <p><b>Stjørdal friidrettsklubb</b> postboks 315 7501 Stjørdal 456 14 952 / 900 91 199 <a href="http://www.sfik.no">www.sfik.no</a> <a href="mailto:olaf.lydvo@ktv.no">olaf.lydvo@ktv.no</a> Startkont. Kr 100,- for 2 løp betales ved 1. løpet</p>
<p>10.05.2016 kl. 11.30</p> <p>KI 1100</p>	 <p align="center"><b>TINESTAFETTEN</b> <a href="http://www.tinestafetten.no">www.tinestafetten.no</a></p> <p><b>Stjørdal</b> <b>Sted:</b> Øverlands Minde <b>Starter:</b> Olaf Lydvo <b>Dommere:</b> Ivar Nilssen, Sidsel Schönberg, Per Meland, Roald Sagerup, Eli Rye Saur, Gunleiv Krogstad, Atle Jørstad.</p> <p><b>Kolvereid</b> <b>Sted:</b> Sentral idrettsanlegget <b>Starter:</b> Bente Holm <b>Dommere:</b> Ole Hammer, Arne</p>		<p><b>Info finner dere på denne linken:</b></p> <p><b>iL Nybrott</b> Kontakt: Guri Øfsti Kvalheim <a href="http://www.tinestafetten.no">www.tinestafetten.no</a> velg arr.sted: Øverlands Minde</p> <p><b>Kolvereid I.L</b> Kontakt: Ståle Husby <a href="mailto:Staahus@gmail.com">Staahus@gmail.com</a></p>

<p>KI 1100</p> <p>KI 1100</p> <p>KI 1100</p>	<p>Kiil, Arne Bakken Berg, Ståle Husby.</p> <p><b>Overhalle</b>  <b>Sted:</b> Svenningmoen stadion  <b>Starter:</b> Eskild Skarland  <b>Dommere:</b> Johannes Melhus, Arnt O. Bruun, Jo Terje Sagmo.</p> <p><b>Levanger</b>  <b>Sted:</b> Moan Idrettspark  <b>Starter:</b> Viktoria Singh  <b>Dommere:</b> Ole Lutdal, Arne Haug, Per Steinar Norum.</p> <p><b>Steinkjer</b>  <b>Sted:</b> Guldbergaune idrettspark  <b>Starter:</b> Trond Gystad  <b>Dommere:</b> .Ingvar Sandsund, Gunnar Aftret, Jan O. Finstad.</p>		<p>Tlf: 90792826  <a href="http://www.tinestafetten.no">www.tinestafetten.no</a>          velg arr.sted: Kolvareid</p> <p><b>Overhalla I.L</b>          Kontakt: Øystein Homstad  <a href="http://www.tinestafetten.no">www.tinestafetten.no</a>          velg arr. sted: Svenningmoen</p> <p><b>Frol il/ Verdal v.g.s</b>          Kontakt: v/ Rolf Eriksson  <a href="http://www.tinestafetten.no">www.tinestafetten.no</a>          velg arr.sted: Moan</p> <p><b>Steinkjer FIK</b>          v/ Trond Hermanstad          tlf: 99468032  <a href="http://www.tinestafetten.no">www.tinestafetten.no</a>          velg arr.sted: Guldbergaunet</p>
<p>12.05.2016 kl. 18.00</p>	<p><b>Trøndersk Åpningsstevne 2016</b></p> <p><b>Sted:</b> Guldbergaune idrettspark  <b>Påm.frist:</b> 10.05.2016</p> <p><b>Startere:</b> Hans Foosnæs, Jan A. Foosnæs  <b>Dommere:</b> Joralf Gran, Gunnar Sørslett, Einar Anonli, Stig Tronstad, Gøril Mona, Trude Beate Paras, John Ellingen.</p>	<p><b>Klasser: 10år - senior</b></p> <p>Jenter 10-14 år: 60m, 600m, høyde, spyd          Jenter 15-19 år:100m, 800m, høyde, spyd          Kvinner jr./sen.: 100m, 400m, 800m, 3000m, høyde, spyd          Gutter 10-14 år: 60m, 600m, lengde, kule          Gutter 15-19 år:100m, 800m, lengde, kule          Menn jr./sen.: 100m, 400m, 800m, 3000m, lengde, kule</p>	 <p><b>Steinkjer Friidrettsklubb</b>          v/ Trond Hermanstad          tlf: 99468032  <a href="mailto:trond@steinkjervarme.no">trond@steinkjervarme.no</a>          postboks 57          7701 Steinkjer          konto 4410.37.36088  <a href="http://www.steinkjerfik.no">www.steinkjerfik.no</a></p>
<p>18.05.2016 KI 1700</p>	<p><b>Terrengløpskarusell Byafossen.</b></p>  <p>Topphaugen Byafossen          Påmelding fra kl 16.30  <b>Starter/dommer:</b> Petter Spolèn</p>	<p>G/J 6 – 12år          Løyper fra 300m -600m.</p>	<p><b>Byafossen il</b>          v/ Mona Elli          95 28 83 28  <a href="mailto:Mona.Elli@steinkjer.kommune.no">Mona.Elli@steinkjer.kommune.no</a></p>
<p>18.05.2016 kl. 18.00</p>	<p><b>Stjørdal friidrettskarusell</b></p> <p><b>Sted:</b> Flormøra  <b>Påm.frist:</b> 1 time før start  <b>Starter:</b> Steinar Lundemo  <b>Dommere:</b> Johan Solem, Gunnar Lurfald, Per M. Sæterø, Leif Gylland.</p>	<p><b>Alle klasser fra 6år og eldre</b> 40m, 60m,600m, 800m, høyde, kule, tresteg</p>	<p><b>Flora IL</b>          v/ Oddbjørn Horten          tlf: 98 63 28 86</p>
<p>19.05.2016 KI 1800</p>	 <p><b>2.løp</b></p> <p><b>Starter:</b> Nils Olaf Kyllø  <b>Dommer:</b> Arne Brunnes</p>	<p>Menn og kvinner: 5km, Kortkarusell 2,1km</p>	<p><b>IL Nybrott/Stjørdal FIK</b>          V/Nybrottkarusellen          Boks 72, 7501 Stjørdal          Tlf. 456 14 952  <a href="http://www.nybrott.info">www.nybrott.info</a></p>




<p>19.05.2016 kl 1000</p>	<p><b>Finaler Tine-stafetten 2016</b></p> <p>Og stor friidrettsdag for elever og lærere.</p> <p><b>Sted:</b> Guldbergaune idrettspark <b>Starter:</b> Trond Gystad <b>Dommere:</b> Ingvar Sandsund, Sigrid Skogan, Hans Foosnæs, Arvid Valøen, Gunnar Aftret.</p>	<p><b>Innføring i følgende øvelser:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stav</li> <li>• Hekk</li> <li>• 3-steg</li> <li>• Slengball</li> <li>• Sprint</li> <li>• Lengde</li> <li>• Høyde</li> <li>• Kule</li> </ul>	<p><b>NfNT/Steinkjer fik/Steinkjer vgs.</b> Kontaktperson: Geir Nordtømme <a href="mailto:geir.nordtomme@friidrett.no">geir.nordtomme@friidrett.no</a> 74 100 118 – 95 870 947</p>  <p><b>TINESTAFETTEN</b></p>
<p>21.05.2016 kl 1500</p>	<p><b>Namsosløpet</b></p> <p><b>Sted:</b> Namsos sentrum <b>Påm.frist:</b> 26.05.2016</p> <p><b>Starter:</b> Nils Jørgensen <b>Dommer:</b> Johannes Leirbekk</p>	<p><b>Konk. og mosjonsklasser</b> gate/landeveg. 1 km, 4km, 8 km. Senior, veteran og mosjon</p>	 <p><b>Namsen friidrettsforening</b> Postboks 250 7801 Namsos v/Kenneth Andersen tlf: 958 00 187 <a href="mailto:kenneth.andersen1@ntebb.no">kenneth.andersen1@ntebb.no</a></p> <p>Hjemmeside: <a href="http://idrett.speaker.no/Organisation.asp?id=27037">http://idrett.speaker.no/Organisation.asp?id=27037</a></p>
<p>21.- 22.05.2016</p>	<p><b>NM stafetter</b></p>		<p><b>Trondheim</b></p>
<p>22.05.2016 kl 1200</p>	 <p><b>1.stevne</b></p> <p><b>Jøa friidrettsleker</b></p> <p><b>Sted:</b> Jøa Stadion <b>Påm.frist:</b> 19.05.2016 <b>Starter:</b> Arnfinn Leirbekk, Kenneth Andersen <b>Dommere:</b> Johannes Leirbekk, Øystein Homstad, Siv Åse Strømhylden, Lorents A. Langås, Elin Grongstad.</p>	<p>G/J 8 – 9år 60m, liten ball og lengde G/J 10-12år: 60m, 600m, lengde, kule G/J 13år: 100m, 600m, lengde, kule G/J 14-15år: 100m, 800m, lengde, kule G/J 16-19år: 100m, 1600m, lengde, kule</p> <p><b>Funksjons- og bevegeseshemmede:</b> Tilrettelagte øvelser iht aldersklassens øvelsesutvalg.</p>	<p><b>Jøa il</b> v/Torgeir Strøm tlf: 41 56 25 31 <a href="mailto:torgeir.strom@fosnes.kommune.no">torgeir.strom@fosnes.kommune.no</a></p>
<p>24.05.2016 kl 1800</p>	<p><b>Motbakkeløp Forbordsfjellet opp</b></p> <p><b>Start:</b> Ved Skatval Kirke, 100 moh <b>Mål:</b> Toppen av Forbordsfjellet, 590 moh <b>Løypelengde:</b> 4,8 km, grusvei</p> <p><b>Påmelding:</b> - Online påmelding link kommer - Påmeldingsfrist 23 mai, kl 2000 - Etteranmelding for konkurranseklassene på løpsdagen fram til kl 1800. - For alle konkurranseklasser påløper det et pristillegg på kr 100,- ved etteranmelding. - For trim 13 år og eldre påløper det et pristillegg på kr 50,- ved etteranmelding. - Det er ikke noe pristillegg</p>	<p><b>Klasseinndeling:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jenter / Gutter 13-14 (kr 150)</li> <li>- Jenter / Gutter 15-17 (kr 150)</li> <li>- Jenter / Gutter 18-20 (kr 150)</li> <li>- Damer / Herrer 21-39 (kr 250)</li> <li>- Damer / Herrer 40-59 (kr 250)</li> <li>- Damer / Herrer 60 og eldre (kr 250)</li> <li>- Trim barn under 13 år (kr 100) (ingen tidtaking)</li> <li>- Trim 13 år og eldre (kr 150) (ingen tidtaking)</li> </ul>	<p><b>Il Fram</b> v/ Bodil Myhr <a href="mailto:bodil.myhr@frisknett.no">bodil.myhr@frisknett.no</a> 93 260 002</p> <p><b>Påmelding:</b> <a href="http://mosjon.friidrett.no/participant/arrangement.asp?id=93414">http://mosjon.friidrett.no/participant/arrangement.asp?id=93414</a></p> <p>Obligatorisk engangslisens til Norges Friidrettsforbund på kr 30,- kommer i tillegg for alle som er 13 år og eldre. Har du betalt helårslisens for 2016 gjelder denne. Lisenshåndteringen håndteres automatisk ved påmelding.</p>



	ved etteranmelding for trim barn under 13 år. - Siste frist for henting av startnumre for forhåndspåmeldte er kl 1830 på løpsdagen.  <b>Starter/Dommer:</b> Olaf Lydvo		
24.05.2016 KI 1700	<b>Terrengløpskarusell Byafossen.</b>  Topphaugen Byafossen <b>Påmelding ved start.</b> <b>Starter/dommer:</b> Viktoria Singh	G/J 6 – 12år Løyper fra 300m -600m.	<b>Byafossen il</b> v/ Mona Elli 95 28 83 28 <a href="mailto:Mona.Elli@steinkjer.kommune.no">Mona.Elli@steinkjer.kommune.no</a>
24.05.2016 KI 1800	<b>Klubbmestersk del 2 /seriestevne</b>  <b>Sted:</b> Tønsåsen, Lånke <b>Påm.frist:</b> kl 1730 <b>Dommer:</b> Håvard Størseth, Stig Lien, Ottar Kvaal, Per Velve, Roald Sagerup.	<b>Alle klasser:</b> Spyd, liten ball og stav. I tillegg: Vektkast for klassene 12år – veteran.	<b>Lånke IL, friidr.</b> v/ Ivar Nilssen <a href="mailto:Ivar.nilssen@ntebb.no">Ivar.nilssen@ntebb.no</a> Gevinglia 6, 7517 Hell
25.05.2016 kl 1830	<b>Ogndal hopp og kast. Gulbergaunet idrettspark</b>  <b>Påm.frist:</b> Ved start. <b>Dommer:</b> Per Stølan	<b>Alle klasser</b>  Kule, høyde og slegge.	 <b>Ogndal IL</b> Friidrett v/Normann Ryan Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer tlf. 93 202 223 <a href="mailto:norm@t-a.no">norm@t-a.no</a>
27.05.2016 kl. 19.00	<b>NTE Mosvikstafetten</b>  <b>Sted:</b> Sentralidrettsanlegget <b>Påm.frist:</b> 25.05.2016  <b>Starter:</b> Joralf Gran <b>Dommer:</b> Gunnar Sørslett	 <b>5.omgang i NTEs Stafettserie</b> Mix 8-10 år J/G 11-12, 13-14, 15-17, senior og veteran	<b>Mosvik IL</b> v/Leif Arne Sagmo 7690 Mosvik Tlf. (P) 74 06 48 53 <a href="mailto:leif.arne.sagmo@mosvik.net">leif.arne.sagmo@mosvik.net</a> <b>Startkontingent:</b> 8år – 12år kr 120,- 13år – 17år kr 150,- Senior og veteran: kr 200,- <b>Konto:</b> 4471.42.08699
28. – 29.05.2016	<b>NM mangekamp</b>		
28.05.2016 kl 1200	<b>BDO-lekene 1. dag.</b>  <b>Sted:</b> Øverlands Minde  <b>Påm.frist:</b> 25.05.2016 <b>Startere:</b> Thomas Scheieffloe, Maj-Britt Juul. <b>Dommere:</b> Johan Solem, Ola Lerfald, Ivar Nilssen, Kjell Olav Storflor, Ivar Stokkan, Olav J. Moen, Inger Gylland, Odd I. Lindland, Rita Govassmark, Magnar Forbord, Bård Schønberg, Bjørn Berg, Bjørn Ivar Hage, Ole Christensen,	J10år: 600m, høyde, kule J11-12år: 60m hk, 600m, høyde, kule. J13-14år: 200m hk, 600m, høyde, kule. J15-17, U20, KS: 200m, 800m, høyde, kule + 200m hk kvinner sr.. Kv. Vet: 200m, høyde, kule. G10år: 60m, liten ball, lengde, stav. G11-12år: 60m, lengde, stav, spyd.	 <b>Stjørdal friidrettsklubb</b>  postboks 315 7501 Stjørdal 456 14 952 <a href="http://www.sfik.no">www.sfik.no</a> <a href="mailto:olaf.lydvo@ktv.no">olaf.lydvo@ktv.no</a>  Bank: 4435.06.93065

	Mette Bakken Eggen, Gunnbjørg Ekren.	G13-14år: 60m, 1500m, lengde, stav, spyd. G15-17år: 100, tresteg, stav, spyd. G U20: 100m, 400m, tresteg, stav, spyd. MS: 100m, 400m, 1500m, tresteg, stav, spyd. M. vet: 100m, tresteg, stav, spyd. <b>Funksjonshemmede:</b> Øvelser i hht klasser og øvelsesutvalg.	
29.05.2016 kl. 12.00	<b>BDO-lekene 2. dag</b>  <b>Sted:</b> Øverlands Minde <b>Påm.frist:</b> 25.05.2016 <b>Starter:</b> Jan Petter Bjørnevik, Kjetil Ruud. <b>Dommere:</b> Johan Solem, Ola Lerfald, Ivar Nilssen, Kjell Olav Storflor, Ivar Stokkan, Olav J. Moen, Inger Gylland, Ivar Morten Hansen, Odd I. Lindland, Magnar Forbord, Bård Schønberg, Bjørn Berg, Bjørn Ivar Hage, Randi Kvello, Roar Hoff.	<b>MRK:</b> Slegge fra kl 1000 J10år: 60m, liten ball, lengde, stav. J11-12år: 60m, lengde, stav, spyd, slegge. J13-14år: 60m, 1500m, lengde, stav, spyd, slegge. J15-17, U 20år: 100, tresteg, stav, spyd, slegge. KS: 100m, 400m, 1500m, tresteg, spyd, slegge. K. vet: 100m, tresteg, spyd, slegge. G10år: 600m, høyde, kule G11-12år: 60m hk, 600m, høyde, kule, slegge. G13-14år: 200m hk, 600m, høyde, kule, slegge. G15-17, U20: 200m, 800m, høyde, kule, slegge. MS: 200m, 200m hk, 800m, 5000m høyde, kule, slegge. M. vet: 200m, høyde, kule, slegge. <b>Funksjonshemmede:</b> Øvelser i hht klasser og øvelsesutvalg.	 <b>Stjørdal friidrettsklubb</b>  postboks 315 7501 Stjørdal 456 14 952 <a href="http://www.sfik.no">www.sfik.no</a> <a href="mailto:olaf.lydvo@ktv.no">olaf.lydvo@ktv.no</a>  Bank: 4435.06.93065
29.05 2016 Fra kl. 1030	<b>KM Halvmaraton</b> (jr. sr. og veteran-klasser)  <b>Saldilten</b> Sørenget skole <b>Påmelding og frister:</b> 19.mai på epost. Løpsdagen fram til kl 1100 mot et tillegg på kr 20,- <b>Dommer:</b> Jon M. Heir	Konkurransklasser: 12-13år kun kort løype. 14-15år kun kort løype 16 – 17år, 18 – 19år, 20 – 22år, 23 – 39år, 40 – 44år Deretter 5år-klasser. 2 trimklasser kort løype. Ingen trimklasse halvmaraton.	<b>Botnan IL, Vemundvik IL</b> v/ Oddbjørn Riset <a href="mailto:o-riseth@online.no">o-riseth@online.no</a>  Bank: 4400.06.09347 <a href="http://www.n3sport.no/ski/Botnan">www.n3sport.no/ski/Botnan</a>
29.05.2016 kl. 11.00	<b>Nøtteløpet</b>  I år også med <b>“Knøtte-Nøtte”</b> for de under 7 år <b>Sted:</b> Møssingdalen, Åsen i Levanger kommune	<b>Klasser og øvelser:</b>  Mosjon, J/G 7 til 18 år Inndeles i klasser avh. av antall påmeldte.	<b>IL Aasguten</b> <a href="mailto:aasgutenfriidrett@hotmail.no">aasgutenfriidrett@hotmail.no</a> Tlf: 48 13 40 60 <a href="http://www.aasguten.com">www.aasguten.com</a>  <b>På løpsdagen:</b>

	<p><b>Påm.frist:</b> innen 28. mai eller på løpskontoret løpsdagen.</p> <p><b>Starter/dommer:</b> Jostein Moksnes</p>		<p>Påmelding Knøtte-Nøtte fra 10:00 Starkont: 40,-/20,- (søsken) Fellesstart kl. 11:00 Påmelding Nøtte-løpet fra 11:00 Starkont: 80,-/40,- (søsken) Fellesstart i klasser fra kl. 12:00 <i>Fine premier til alle som deltar, samt trekning av pengepremier.</i> Konto: 4484 20 10710</p>
<p>31.05.2016 KI 1700</p>	<p><b>Terrengløpskarusell Byafossen.</b></p>  <p>Topphaugen Byafossen <b>Starter/dommer:</b> Victoria Singh</p>	<p>G/J 6 – 12år Løyper fra 300m -600m.</p>	<p><b>Byafossen il</b> v/ Mona Elli 95 28 83 28 <a href="mailto:Mona.Elli@steinkjer.kommune.no">Mona.Elli@steinkjer.kommune.no</a></p>
<p>01.06.2016 KI. 1800</p>	<p><b>Trønder-fluisa sprinten</b></p> <p><b>SONESTEVNER på 5 baner</b></p>	<p>Klasser og øvelser kommer</p>	<p><b>Arrangører kommer seinere!</b></p>
<p>02.06.2016 kl 1900</p>	<p><b>Ogndalsløpet</b></p> <p><b>Sted:</b> Ogndal skole, Røysing. <b>Påmelding:</b> ved start.</p> <p><b>Løpet inngår i Ogndals-trippelen.</b> <b>Starter/dommer:</b> Normann Ryan jr.</p>	<p><b>Klasser og distanser.</b> Trim og konkurranse. 5,8km terreng og vei.</p>	 <p><b>Ogndal il friidrett</b></p> <p>v/Normann Ryan jr. Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer E-post: <a href="mailto:norm@t-a.no">norm@t-a.no</a>. Tlf 93 20 22 23</p>
<p>03.06.2016 KI 1830</p>	 <p><b>2.stevne</b></p> <p><b>Snåsaleikan</b> <b>Påmeldingsfrist:</b> 01.06.2016</p> <p><b>Starter:</b> Stein Sagvik <b>Dommere:</b> Øystein Homstad, Jo Terje Sagmo, Trygve Stokke, Stig Tronstad, Trude B. Parnas, Ragnhild Kroglund.</p>	<p><b>J/G 8-10 år</b> 40 m, 600 m, høyde og slengball <b>J/G 11-12 år</b> 60 m, 600 m,(J) lengde, (G) høyde og diskos <b>J/G 13 -15 år</b> 60 m, 800 m, lengde og diskos <b>J/G 16 -19 år</b> 100 m, 1500 m, lengde og diskos. Funksjons- og bevegelseshemmede: øvelse i h.h.t aldersklassens utvalg.</p>	<p><b>Snåsa il friidrett</b> v/Terje Våg 99 58 34 47</p> <p><a href="mailto:sandnes@ntebb.no">sandnes@ntebb.no</a></p>
<p>04. – 05.06.2016</p>	<p><b>TRONDHEIMS-LEKENE 2016</b></p>		<p><b>Trondheim friidrett</b> <a href="http://www.tfweb.net/">http://www.tfweb.net/</a></p>
<p>07.06.2016 kl 1800</p>	<p><b>Moankarusellen</b> Moan idrettspark <b>Påm.frist:</b> 5.juni 2016</p> <p><b>Starter:</b> Jostein Moksnes <b>Dommere:</b> Gunnar Melting,</p>	<p><b>Klasser og øvelser.</b> J/G 7-10år: 60m, lengde J/G 11-14 år: 60m, 600m, lengde, høyde J/G 15 år og eldre: 100m, 400m, 1500m, høyde, lengde.</p>	<p><b>Frol IL</b> v/Tore Andersen <a href="mailto:kathrine.ingen@gmail.com">kathrine.ingen@gmail.com</a></p> <p><b>Online påmelding</b> via <i>datosortert terminliste</i> eller <i>Min idrett</i>. <b>Starkontingent:</b> 7-12år kr 50,- pr øvelse. 13år og eldre: kr 70,- pr øvelse.</p>








07.06.2016 kl. 19.00	<b>Leirsjørunden</b> Leirádal i Verdal <b>Påm.frist</b> 1 t før start <b>Starter/dommer:</b> Knut Holmen	13-14 år: 1,8km 15-16 år 1,8 km 17 – 20 7,5 km veteran ( over 60 ) 7,5 km Senior 11,5 km	<b>Leirádal IL / Verdal FIK</b> v/ Grete Sivertsen <a href="mailto:Grete.sivertsen@ntebb.no">Grete.sivertsen@ntebb.no</a> tlf: 901 48 774
08.06.2016 KI 1800	<b>Stjørdal friidrettskarusell</b> Hegra stadion <b>Påm.frist</b> 1 time før start <b>Starter:</b> Nils Olav Kyllø <b>Dommere:</b> Margarethe Dybvad, Gunnar Lerbald, Leif Gylland, Olav Einang.	<b>Alle klasser 7 år og eldre.</b> 40m, 60m, 100m, lengde, kule, spyd	<b>Hegra IL</b> v/Gerda Vik
08.06.2016 kl 1800	<b>Kastfemkamp</b> <b>Guldbergaunet idrettspark</b>  <b>Påm.frist:</b> Ved start. <b>Dommer:</b> Bjarne Olav Paulsen	<b>Klasser:</b> Junior, senior og veteran.  Diskos, kule, spyd, slegge, vekt kast.	 <b>Ogndal IL</b> Friidrett v/Normann Ryan Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer tlf. 93 202 223 <a href="mailto:norm@t-a.no">norm@t-a.no</a>
09.06.2016	<b>Exxon Bislet Games</b>		<b>Oslo</b>
09.06.2016 kl. 18.00	 <b>3.stevne</b>  <b>Kleppen stadion.</b>  <b>Påm.frist:</b> 07.06.2016 <b>Starter:</b> Kenneth Andersen <b>Dommere:</b> Terje Øvereng, Øystein Homstad, Agnar Stamnes, Arnhild Holstad, Nils Trana, Trygve Stokke, Bodil Barland.	J/G 8-10år: 60m, lengde, liten ball J/G11-12år: 60m, 600m, høyde, kule J/G 13-14 år : 60m, 600m, lengde, kule. J15-16 80m hekk, J17 100 m hekk. G15-17 100 m hekk J/G15-19år: 100m, 800m, tresteg, høyde, spyd, kule <b>Funksjons- og bevegelseshemmede:</b> Tilrettelagte øvelser ihht aldersklassens øvelsesutvalg.	 <b>Namsen friidrettsforening</b>  v/Stein Landsem <b>Postboks 250</b> <b>7801 Namsos</b> 97571949 <a href="mailto:stein.landsem@ntfk.no">stein.landsem@ntfk.no</a> <b>Hjemmeside:</b> <a href="http://www.namsenfif.no">www.namsenfif.no</a>
10.- 12.06.2016	<b>Tyrvingleken</b>		<b>Nadderud Stadion</b>
11.06.2016 KI 1200	<b>Steinkjerlekene</b>  <b>Sted:</b> Guldbergaune idrettspark <b>Påm.frist:</b> 09.06.2016 <b>Starter:</b> Hans Foosnæs, Bjarne Olav Paulsen, Sigrid Skogan, Arvid Valøen, Normann Ryan jr.	<b>Øvelsesutvalg:</b> Jenter/Gutter 8-9 år: 60m, lengde Jenter 10-14: 60m, 600m, lengde, kule Jenter 15-19: 100m, 200m, 400m, 1500m, lengde, kule Kvinner senior: 100m, 200m, 400m, 1500m, lengde, kule Gutter 10-14: 60m, 600m, høyde, spyd Gutter 15-19: 100m, 200m, 400m, 1500m, høyde, spyd Menn senior: 100m, 200m, 400m, 1500m, høyde, spyd	 <b>Steinkjer Friidrettsklubb</b>  v/ Trond Hermanstad tlf: 99468032 <a href="mailto:trond@steinkjervearne.no">trond@steinkjervearne.no</a>  postboks 57 7701 Steinkjer konto 4410.37.36088 <a href="http://www.steinkjerfik.no">www.steinkjerfik.no</a>
11.- 12.06.2016	<b>Steinfjellstafetten</b> Lørdag: Start: Trones skole kl 1300 Mål: Røyrvik sentrum Søndag: Start Røyrvik sentrum	<b>17 etapper på 2 dager.</b> Konkurransklasse 1 Herrer Konkurransklasse 2 Damer Mosjonsklasse 1 Herrer/Damer	<b>Trones/Elva/Namdal/Skorovas/Røyrvik/</b> v/ Kjell S. Lund 74 33 57 16 93 85 42 33 <a href="mailto:kjell.sigbjorn.lund@gmail.com">kjell.sigbjorn.lund@gmail.com</a> <a href="http://www.steinfjellstafetten.com">www.steinfjellstafetten.com</a>


	Mål: Namsskogan Familiepark, Trones <b>Dommer:</b> Ragnar Hauge	Mosjonsklasse 2 Damer Mosjonsklasse 3 Herrer/Damer – innlagt 4 sykkeletapper Mosjonsklasse 4 Damer – innlagt 6 sykkeletapper	
12.06.2016 kl. 13.00	<b>Bruløpet/ Jan Sandstads minneløp</b>  <b>Påm.frist</b> ½ t før start <b>Starter:</b> Joralf Gran <b>Dommer:</b> Anders Røflo	<b>Gateløp/Landeveisløp</b> 12år – veteran+ trimklasse G/J 12 – 16år: 6km J 17-19år: 6km G 17-19år: 10km K/M 20-49år: 10km K 50-94 år: 6km M 50- 64år: 10km M 65 – 94år: 6km	<b>Mosvik IL Friidrett – Inderøy IL Friidrett</b> v/Leif A Sagmo 7690 Mosvik <a href="mailto:leif.arne.sagmo@mosvik.net">leif.arne.sagmo@mosvik.net</a> <a href="http://www.brulopet.no">www.brulopet.no</a> 44481323522
12.06.2016 KI 1100	<b>Stordalslunken</b> <b>Sted:</b> Meråkerhallen <b>Påm.:</b> Kantina v/Meråkerhallen fra kl. 0930 Start Gilså kl. 1100 <b>Starter/dommer:</b> Jens Petter Lerberg	<b>KUN Trimklasse.</b> Løyper: 17km i terreng/landeveg siste 2 km. <b>Starkontingent:</b> Voksen: kr 100,- Barn: kr 70,- Trim familie: kr 250,- <b>Ekstraløpet:</b> 15.06.2015 <b>Start:</b> 1730	<b>il Varden/ Dalådal il</b> v/ Roger Lindgren tlf: 41 607 247 <a href="mailto:roger.lindgren@ntebb.no">roger.lindgren@ntebb.no</a>
15.06.2016 KI 1800	 <b>Nybrottskarusellen 3.løpet</b> <b>Starter:</b> Ole T. Krogstad <b>Dommer:</b> Arne Brunnes	600m for 11-14år  1000m kortkarusell 15år og eldre.  3000m kvinner og menn senior.	<b>IL Nybrott/Stjørdal FIK</b> V/Nybrottskarusellen Boks 72, 7501 Stjørdal Kontakt tlf: 456 14 952 <a href="http://www.nybrott.info">www.nybrott.info</a>
18.06.2016 KI 1400	<b>MOTBAKKELOPET</b> <b>Gjeltheia OPP</b>  <b>Start trimklasser kl 1300.</b> <b>Konkurransklasser kl 1400.</b>  <b>Påm.frist:</b> kl 1330 ved klubbhuset på Furuly stadion  <b>Starter/dommer:</b> Ottar A. Kaldal	<b>Løypelender</b> - trimklasser 4,2km. - konk. klasser 5km. Målgang på ca 505moh.	<b>Osen/Steinsdalen il</b> v/Ole Loeng  <b>Påmelding:</b> <b>Geir Eide</b> tlf: 90909717 <a href="mailto:geeide@online.no">geeide@online.no</a> <b>Camilla Sørmealand</b> tlf: 95709316 <a href="mailto:camillasormeland@hotmail.com">camillasormeland@hotmail.com</a>  <b>Starkontingenter:</b> <b>Trim:</b> Barn kr 20,- Voksne kr 50,- <b>Konkurransklasser:</b> Junior kr 150,- Senior kr 200,- Betales forskudd ved påmelding til konto: 4345 10 81471
16. – 19.06.2016	<b>Veidekkelekene</b>		<b>Lillehammer</b>
21.06.2016 kl 1800	<b>Stjørdal friidrettskarusell</b>  <b>Sted:</b> Øverlands Minde <b>Påm.frist</b> 1 t før start <b>Starter:</b> Jan P. Bjørnevik <b>Dommere:</b> Arne Opheim, Egil Helberg, Gunleiv Kroglund, Ann Inger Leirtrø, Olaf Aarre, Hjørleif Brenne, Gaute Strand.	<b>Alle klasser 6år og eldre.</b> Kort hk, 60m, 400m, 1500m stav, spyd.	 <b>Stjørdal friidrettsklubb</b> postboks 315 7501 Stjørdal 456 14 952 <a href="http://www.sfik.no">www.sfik.no</a> <a href="mailto:olaf.lydvo@ktv.no">olaf.lydvo@ktv.no</a>



<p>25.- 26.06.2016</p>	<p><b>MEDVINDSTEVNE</b></p> <p><b>Sted:</b> Svenningmoen <b>Påm.frist:</b> 23.06.2016</p> <p><b>Startere:</b> Eskild Skarland, Stein A. Sagvik. <b>Dommere:</b> Arild Sand, Svein Ruud, Merethe Fosslund, Kine B. Skarland, Terje Øvereng.</p>		 <p><b>Overhalla Idrettslag</b></p> <p>v/Øystein Homstad Melamoen 7860 Skage i Namdalen <a href="mailto:oe-y-hom@online.no">oe-y-hom@online.no</a></p> <p>Bank:4448 12 61799</p>
<p>26.06.2016 kl. 13.00</p>	<p><b>Veressjøen rundt</b> Vera samfunnshus <b>Påm.frist:</b> 23.06.2016 <b>Dommer:</b> Steinar Flatås</p>	<p><b>Terrengløp/Fjelløp</b> f.o.m. 16 år + mosjon <b>I tillegg trim, mosjon og familieklasse.</b></p>	<p><b>Helgådal IL</b> v/Ingrid Elnes Sellæg Mob: 94 87 32 20 <a href="mailto:ingrid_elines@hotmail.com">ingrid_elines@hotmail.com</a> <a href="mailto:post@veressjoenrundt.no">post@veressjoenrundt.no</a> <a href="http://www.veressjoenrundt.no">www.veressjoenrundt.no</a></p> <p><b>Startkontigent</b> <b>Trimklasse:</b> kr 200 inkl lisens <b>Familieklasse (mor og/eller far, barn under 18 år):</b> kr 400 inkl lisens <b>Konkurransklasse:</b> kr 250 (+ evt lisens) <b>Etteranmelding er mulig på løpsdagen mot et gebyr på kr 200,-</b></p>
<p>29.06. – 02.07.2016</p>	 <p><b>St-Olavsløppet</b></p>	<p><b>Se egen hjemmeside</b></p>	<p><a href="http://www.st-olavsløppet.com">www.st-olavsløppet.com</a></p>
<p>01.-03. 2015</p>	<p><b>Vårdsungdomsspelen</b></p>		<p><b>Gøteborg</b></p>
<p>09.07.16 KL 1300</p>	<p><b>Våttån opp.</b> v/ Sparebank1 i sentrum. <b>Påm.frist:</b> 1 time før løp. <b>Starter/dommer:</b> Trygve Nyborg</p>	<p>G/J12 – 15år ca 2km G/J 16 – veteran ca 5,9km</p>	<p><b>Lekvik il friidrett</b> v/Berit Ramdal 7120 Leksvik Tlf: 97 18 53 54</p> <p><b>Påmelding:</b> v/Siri S. Grande tlf 901 37 660 Bank: 4202 11 51550</p>
<p>10.07.2016 kl 1300</p>	<p><b>Sona – Lekene</b></p> <p><b>Sted:</b> Midtkiløra, Sona <b>Påm.frist:</b> 08.07.2016</p> <p><b>Starter:</b> Hermann Storflor <b>Dommere:</b> Odd A. Rolseth, Bjørn Ivar Hage, Eva Buland, Asbjørn Jakobsen, Per M. Sætertrø</p>	<p>G/J 8-9 år: 60 m og lengde G/J 10 år: 60 m og kule</p> <p>G11-14år: 60m, 600m, høyde, kule J11-14år: 60m, 600m, lengde, kule</p> <p>G15-19år: 100m, 1500m, høyde, kule J15-19år: 100m, 800m, lengde, kule</p> <p><b>Menn jr. og sr:</b> 100m, 1500m, lengde, høyde, kule <b>Kvinner jr. og sr.</b> 100m, 800m, lengde, høyde, kule</p>	 <p><b>IL Dalebrand</b> v/Kjell Olav Storflor 7520 Hegra tlf. 952 52 277/ 74 80 07 10 <a href="mailto:kolstor@online.no">kolstor@online.no</a> Bank:4465.30.05013 <a href="http://www.dalebrand.no">www.dalebrand.no</a></p>
<p>10.07.2016 kl. 17.00</p>	<p><b>Åpent Stjørdalsmesterskap i kule-tikamp</b> Tønsåsen idrettssenter <b>Påm.frist:</b> ½ t før start <b>Dommere:</b> Are Breimo, Stig Lien, Stig Ovesen, Roar Hoff.</p>	<p>Tilleggsøvelse for alle fra 10 år: VEKTKAST.</p>	<p><b>Lånke IL, friidr.</b> v/ Ivar Nilssen <a href="mailto:Ivar.nilssen@ntebb.no">Ivar.nilssen@ntebb.no</a> Gevinglia 6 7517 Hell Bank: 4465 23 38973 11-14år kr.50,- øvrige 70,-</p>

19.07.2016 KL 1800	<b>Seriestevne Overhalla</b> <b>Sted:</b> Svenningmoen stadion <b>Påm.frist:</b> Ved start <b>Starter:</b> Stein A. Galguften <b>Dommere:</b> Paul Selnes, Gunn Dahlen, Jo Terje Sagmo, Per J. Risvik, Åse L. Sagvik.	<b>Gutter, jenter, menn og kvinner alle klasser:</b> 60m, 100m, høyde, kule og lengde.	 <b>Overhalla Idrettslag</b>  v/Øystein Homstad Melamoen 7860 Skage i Namdalen <a href="mailto:oe-y-hom@online.no">oe-y-hom@online.no</a> Bank:4448 12 61799
19.07.2016 kl. 18.00	<b>Stjørdal Friidrettskarusell</b> Tønsåsen <b>Påm.frist:</b> 1 time før start <b>Starter:</b> Margarethe Dybvad <b>Dommere:</b> Atle Jørstad, Paul Arne Røkke, Stig Ovesen, Ottar Kvaal, Arne Opheim	<b>Alle klasser fra 6år.</b> 60m, 100m, 1000m, lengde, stav, diskos, slegge	<b>Lånke IL, friidr.</b> Gevinglia 6 7517 Hell <a href="mailto:ivar.nilssen@ntebb.no">ivar.nilssen@ntebb.no</a> tlf. 74 80 63 71
27.07.2016 kl 1830	<b>Ogndal hopp og kast</b> <b>Guldbergaunet idrettspark</b>  <b>Påm.frist:</b> Ved start. <b>Dommer:</b> Sigrid Skogan	<b>Alle klasser</b>  Diskos, spyd og lengde.	 <b>Ogndal IL</b> Friidrett v/Normann Ryan Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer tlf. 93 202 223 <a href="mailto:norm@t-a.no">norm@t-a.no</a>
29. - 31.07.2016	<b>Hovedmesterskapet</b>		<b>Askøy</b>
04.08.2016 kl. 18.30	<b>NTE</b> <b>Levangerstafetten</b>  <b>Sted:</b> Levanger torg <b>Påm.frist:</b> 02.08.2016 <b>Starter:</b> Hermann Storflor <b>Dommer:</b> Steinar Bergsmo	 <b>NTE</b> til stede <b>6.omgang i NTEs Stafettserie</b>  Mix 8-10 år J/G 11-12, 13-14, 15-17, senior, bedrift- og veteran klaser <b>LEVANGER-MARTNA!!</b>	<b>Frol IL</b> v/ Hans Vist Sagbruksstomta 1A, 7600 Levanger <a href="mailto:hans.vist@ntebb.no">hans.vist@ntebb.no</a>
05.- 07.08.2016	<b>NM jr</b>		<b>Brandbu</b>
06.08.2016 kl. 12.00	 <b>NA</b> - karusellen Friidrett 4.stevne  <b>Eideleikan</b>  <b>Sted:</b> Namdalseid stadion <b>Påm.frist:</b> 04.08.2016 <b>Starter:</b> Trond Gystad <b>Dommere:</b> Tone Merete Moan, Mona Havik, Håkon Alsaker, Kenneth Andersen, Jostein Aardal.	J/G 8-10år: 60m, lengde, liten ball J/G 11-12år: 60m, 600m, lengde, kule, spyd J/G 13-14år: 60m, 600m, høyde, spyd, lengde, kule J/G 15år: 100m, 2000m, lengde, høyde, kule, spyd J/G 16-19år: 100m, 3000m, lengde, høyde, kule, spyd <b>Funksjons- og bevegelseshemmede:</b> Tilrettelagte øvelser ihht aldersklassens øvelsesutvalg.	Namdalseid IL Friidrettsgruppa v/Gunnhild Kaldahl mail: <a href="mailto:gunnhild.kaldahl@ntebb.no">gunnhild.kaldahl@ntebb.no</a>  Online påmelding.  tlf. 477 52 638  Bank:4415.29.14307
07.08.2016 KL. 1200	<b>Follaheiløpet</b>  <b>Start:</b> Follafoss stadion 14moh <b>Mål:</b> Follaheia 644moh <b>Påm.frist:</b> 05.08.2016  <b>Starter/dommer:</b> Joar Bergin	<b>Motbakkeløp – 630 høydemeter over 4,5km</b> <b>Klasser</b> Trimklasse Jenteklasse og gutteklasse 13-15 år (starter ca 2 km opp i løypa)	<b>Follafoss il</b> v/ Halfdan Ludvigsen <a href="mailto:ha-lud@online.no">ha-lud@online.no</a> tlf: 90418034 <b>Startavgift</b> Trimklasse kr 150,- Familiepåmelding: kr 300,- 13-15 år: kr 150,-




	<a href="http://www.follaheilopet.no">www.follaheilopet.no</a>	Dameklasse og herreklasse 16-19 år Dameklasse og herreklasse 20-35 år Dameklasse og herreklasse 36-50 år Dameklasse og herreklasse 51 år+	Øvrige klasser: kr 250,-  Startavgift betales før start.
09.08.2016 kl. 18.00	<b>Stjørdal friidrettskarusell</b> Midtkiløra <b>Påm.frist:</b> 1 t før start <b>Starter:</b> Ole T. Krogstad <b>Dommere:</b> Kjell Haukø, Ragnar Olsen, Gaute Strand, Arna Krogstad.	<b>Alle klasser fra 6år.</b> 60m, 100m, 1500m, høyde, liten ball	<b>il Dalebrand</b> v/Kjell Olav Storflor <a href="mailto:kolstor@online.no">kolstor@online.no</a> tlf: 95 25 22 77
11.08.2016 KI 1900	<b>FINALE</b>  <b>NTE</b> <b>Steinkjerstafetten</b>  <b>Sted:</b> Steinkjer sentrum <b>Påm.frist:</b> 09.08.2016 <b>Starter:</b> Trond Gystad <b>Dommere:</b> Olav Finstad, Per A. Bjøru, John Skjelvåg, Arnulf Aas	 <b>7.omgang og FINALER i NTEs Stafettserie 2016</b>  Mix 8-10 år J/G 11-12, 13-14, 15-17, senior, bedrift- og veteranklasser.	 <b>Steinkjer Friidrettsklubb</b>  v/ Trond Hermanstad tlf: 99468032 <a href="mailto:trond@steinkjervarme.no">trond@steinkjervarme.no</a>  postboks 57 7701 Steinkjer konto 4410.37.36088 <a href="http://www.steinkjerfik.no">www.steinkjerfik.no</a>
12.08.2016 KI 1600	<b>Brækkabakkan Opp.</b>  Start ovenfor Brækkabakkan, i Kolvereid sentrum. <b>Påm.frist:</b> 1 time før start. Start kl 16.00 for konk. klasser. Start kl 16.15 mosjons klasser  <b>Starter/dommer:</b> Tore Holm	Gate/terreng/vei- løp i deler av Kolvereid sentrum, 3 km. Konk.kl dame/herre med tid. Mosjonsklasse uten tid.	<b>Kolvereid il friidrett</b>  v/ Liv Schjelderup <a href="mailto:liv.schjelderup@outlook.com">liv.schjelderup@outlook.com</a> 48 146 627, info: <a href="http://www.bakkanopp.no">www.bakkanopp.no</a>
13.- 14.08.2016	<b>Nordisk jr.landskamp U 20</b>		<b>Island</b>
13.08.2016 kl 1200	 <b>5. stevne</b>  <b>3kamp. J/G 10 – 19 år</b>  <b>Sted:</b> Svenningmoen <b>Påm.frist:</b> 11.08.2016 <b>Starter:</b> Jan Dahl, Stein A. Galuften <b>Dommere:</b> Arnhild Holstad, Terje Landsem, Ragnhild Kroglund, Jan O. Skistad, Kine Skarland, Roger Hasselvold, Karen Hasselvold.	J/G 8 – 9år. 60m, lengde, liten ball J/G10år: 60m, lengde, liten ball G/J11-12år: 60m, 600m, lengde, høyde, kule, liten ball G13år: 60m, 600m, lengde, høyde, kule, spyd J13-14år: 60m, 600m, lengde, høyde, kule, spyd G14år: 60m, 600m, lengde, høyde, kule, spyd G15-16år: 100m, 800m, lengde, høyde, kule, spyd J15-16år: 100m, 800m, lengde, høyde, kule, spyd G17-19år: 100m, 800m, lengde, høyde, kule, spyd J17-19år: 100m, 800m, lengde, høyde, kule, spyd <b>Funksjons- og bevegelseshemmede:</b> Tilrettelagte øvelser ihht	 <b>Overhalla Idrettslag</b>  v/Øystein Homstad Melamoen 7860 Skage i Namdalen <a href="mailto:oe-y-hom@online.no">oe-y-hom@online.no</a>  Bank:4448 12 61799

		aldersklassens øvelsesutvalg.	
<b>14.08.2016</b> <b>kl. 12.00</b>	<b>Tønsåslekene 2016</b> <b>Sted:</b> Tønsåsen idrettspark  <b>Påm.frist:</b> 12.08.2016 <b>Starter:</b> Hermann Storflor <b>Dommere:</b> Bjørn Ivar Hage, Kjell S. Størseth, John Einar Kvaal, Asbjørn Jakobsen, Odd Ivar Lindland, Sidsel Schønberg, Nadesapuram Sinnarasa.	J/G 6-8år: 60m, lengde J/G 9-10 år: 60m, lengde, stav, spyd. J/G11-14år: 60m, 600m, lengde, stav, spyd J/G15-19år + junior og senior: 100m, 800m, høyde, spyd, lengde.	<b>Lånke IL, friidr.</b> Gevinglia 6 7517 Hell <a href="mailto:ivar.nilssen@ntebb.no">ivar.nilssen@ntebb.no</a> tlf. 74 80 63 71 Bank: 4465 23 38973 <b>Startkontingenter:</b> 6 - 10 år kr 60,- pr. øv. 11 - 14 år kr 60,- pr. øv. 15 - 19 år kr 80,- pr. øv. Jun / sen kr 100,- pr. øv.
<b>15.08.2016</b> <b>Kl 1800</b>	<b>Innherredskarusellen 1.stevne</b> <b>Idrettsbanen på Straumen</b>  <b>Påm.frist:</b> 1time før start <b>Starter:</b> Petter Spolèn <b>Dommere:</b> Arvid Nervik, Vilhelm Nordseth, Svein Snekkvik.	<b>Alle Kasser fra 6år.</b> Lengde 6-10, høyde 11+, sprint mellomdistanse 600m,800m, (ihht øvelsesutvalg for klassen)	<b>Inderøy il</b> v/ Olav Ådne Rotvold  <a href="mailto:olavrotvold@gmail.com">olavrotvold@gmail.com</a>
<b>16.08.2016</b> <b>kl. 1700</b>	<b>Barne- OL</b> Øverlands Minde <b>Påm.frist:</b> 1t før start	G/J 6-10 år og yngre: 60m, lengde, liten ball	<b>Stjørdal FIK</b> <a href="http://www.sfik.no">www.sfik.no</a> Kontakt: 97532642
<b>17.08.2016</b> <b>kl 1800</b>	<b>Friidrettskarusellen</b> Sted: sentralidrettsanlegget, Kolvereid. Påmelding ved start.	For barn 6 år t.o.m. ungdom 18 år.	<b>Kolvereid il friidrett</b> v/ Liv Schjelderup mob.: 48146627
<b>18.08.2016</b> <b>kl 1800</b>	<b>Elveløpet 2016</b> <b>Sted:</b> Langs Verdalselvas bredder. <b>Start/Mål:</b> Moparken i Verdal sentrum. <b>Påmeldingsfrister:</b> <b>Konk.klasser:</b> 20.august <b>Trimklasser:</b> Ved start  Starter/dommer:	<b>Klasser/øvelser:</b> Mosjonsklasse uten tid Lengde: 5km Konkurransesklasser på tid. Lengde 5km <b>Gutter/menn:</b> u/15år <b>Gutter/menn:</b> over 15år <b>Jenter/kvinner:</b> u/15år <b>Jenter/kvinner:</b> o/15år	<b>Verdal friidrettsklubb</b> v/ Steinar Bergsmo  Påmelding konk.klasser sendes: <a href="mailto:Bstei357@online.no">Bstei357@online.no</a>
<b>20.08.2016</b> <b>kl 1130</b>	<b>Sørli-mila</b> <b>Sted:</b> Sørli <b>Påm.frist:</b> 17.08.2016 <b>Starter/dommer:</b> Terje Våg	<b>Klasser/distanser</b>  <b>Sørli-mila:</b> <b>konkurransesklasser:</b> G/J 15-17år, G/J 18-19år, G/J 20-22år M/K senior(23-34år) M/K Veteran 35-39år, 40-44år, 45-49år, 50-54år, 54-59år, 60-64år, osv med 5års intervaller. <b>Trimklasse uten tid:</b> 5 og 10km	<b>Sørli il/Namdal løpeklubb</b> v/ Leo Lyngstad 7884 SØRLI  Bank: 4448.12.19938
<b>20.08.2016</b>	 <b>FINALER!</b>		<b>Sted og arrangør kommer.</b>
<b>20.08.2016</b> <b>kl. 1200</b>	<b>MIDT-NORSK MESTERSKAP</b>	Klasser 15,16,17,18/19år og senior. Øvelser: Se egen innbydelse.	<b>SØR-TRØNDELAG</b>



21.08.2016 kl. 1000	<b>MIDT-NORSK MESTERSKAP</b>	Klasser 15,16,17,18/19år og senior. Øvelser: Se egen innbydelse.	<b>SØR-TRØNDELAG</b>
21.08.2016 kl. 1000-1130	<b>Botnantrampen</b> <b>Sted:</b> v/Botnan forsamlingshus <b>Påm.frist:</b> 19.08.2016 <b>Starter/ dommer:</b> Johannes Leirbekk	<b>Terrengløp (Skogsløp)</b> lang løype 13,4 km kort løype 6,7 km Klasse 16 år-veteran + mosjon og trimklasse Minitrampen 3,5km.	<b>Botnan IL</b> v/Kristian Foss Furuvegen 8, 7800 Namsos Tlf.91376629 <a href="mailto:kristian.foss@namsos.kommune.no">kristian.foss@namsos.kommune.no</a> Bank: 4400.32.67617 <a href="http://www.n3sport.no/ski/Botnan">www.n3sport.no/ski/Botnan</a>
21.08.2016 KI 1000	<b>Tittinghalla rundt</b> <b>Start:</b> Utøy Skole  <b>I år er det 50års-jubileum!!</b> Se her for info: <a href="http://www.tittinghalla.no/">http://www.tittinghalla.no/</a> <b>Starter/dommer:</b> Jostein Moksnes	<b>Landevegsløp og noe skogssti. Løypelengde 13,5 km.</b> Trim- mosjonsløp. <b>NB!</b> Ingen konkurranseklasser!	<b>Inderøy il</b> <b>v/Marius Haga</b> Vangshylla 160 7670 Inderøy <a href="mailto:leder@tittinghalla.no">leder@tittinghalla.no</a>
24.08.2016 KI 1800	<b>Friidrettskarusellen</b> Sted: sentralidrettsanlegget, Kolvereid. <b>Påmelding</b> ved start.	For barn 6 år t.o.m. ungdom 18 år.	<b>Kolvereid il friidrett</b> v/ Liv Schjelderup mob.: 48146627
24.08.2016 KI1800	 <b>4.løp</b> <b>Starter:</b> Thomas Schiefloe. <b>Dommer:</b> Ragnar Olsen	<b>Gate / veg</b> Menn og kvinner: 1500m  Kortkarusell 15år-eldre.1500m Kortkarusell 11-14år: 300m	<b>IL Nybrott/Stjørdal FIK</b> V/Nybrottskarusellen Boks 72, 7501 Stjørdal Kontakttilf: 456 14 952 <a href="http://www.nybrott.info">www.nybrott.info</a>
26.08.2016 kl 1800	<b>Innherredskarusellen 2.stevne</b>  med innlagt Åpent klubbmesterskap for Beitstad il Beitstad stadion  <b>Påm. Frist:</b> 1 time før start <b>Starter:</b> Viktoria Singh <b>Dommer:</b> Ingvar Sand Sund	Alle klasser fra 0-8år. <b>KI. 1715 - 1800</b> 60m, lengde, liten ball. <u>Løp, kast og hopp så mye du vil.</u> <b>KL. 18.00</b> J/G 9 – 10 år 60m, lengde, spyd J/G 11 + 60m, spyd, slegge, tresteg <i>Startkontingent uansett antall øvelser: kr 100,-</i>	<b>Beitstad IL, friidrett</b> v/Randi Bartnes 7730 BEITSTAD Tlf. 951 55 537 E-post: <a href="mailto:rhbartne@online.no">rhbartne@online.no</a>
27. – 28.08.2016	<b>Ungdomslekene 2016</b> <b>Sted:</b> Øverlands Minde <b>Kretsens UK tar ut lag</b>	<b>Øvelser og klasser som tidligere</b>  <b>Kretsens UK tar ut lag</b>	<b>Stjørdalsalliansen</b> Opplysninger og beskrivelse av konseptet finner du på arrangørens hjemmeside.
29.08.2016 kl 1800	<b>Spillumsmarka rundt</b> Spillum <b>Påm.frist:</b> 1 time før start <b>Starter/dommer:</b> Arild Sand	<b>Terrengløp</b> Alle klasser f.o.m. 11 år	<b>Spillum IL</b> v/Mathias Mørkved, Tlf 951 90 954  <a href="mailto:mathias.morkved@ntebb.no">mathias.morkved@ntebb.no</a>
30.08.2016 KI 1800	<b>Moankarusell</b> <b>Sted:</b> Moan fritidspark  <b>Påm.frist:</b> 28.08.2016 <b>Starter:</b> Jan Martin Troseth <b>Dommer:</b> Rolf Brennskag	<b>Øvelser kommer</b>	<b>Frol IL</b> v/Tore Andersen <a href="mailto:kathrine.engen@gmail.com">kathrine.engen@gmail.com</a>  Online påmelding via datasortert terminliste eller Min idrett. Starkontingent: 7-12år kr 50,- pr øvelse. 13år og eldre: kr 70,- pr øvelse.

<b>31.08.2016</b> <b>kl 1800</b>	<b>Frøidrettskarusellen</b> Sted: sentralidrettsanlegget, Kolvereid. Påmelding ved start.	For barn 6 år t.o.m. ungdom 18 år.	<b>Kolvereid il frøidrett</b> v/ Liv Schjelderup mob.: 48146627
<b>31.08.2016</b> <b>kl 1800</b>	<b>3. stevne i Innherredskarusellen.</b>  <b>Sted:</b> Guldbergaunet idrettspark <b>Påm.frist:</b> Ved start. <b>Dommer:</b> Toril Nyborg, Liv Iversen, Jon Skjelvåg.	<b>Klasser/øvelser:</b>  <b>6 – 10år:</b> lengde, kule og liten ball  <b>11år – eldre:</b> lengde, kule og slegge.	 <b>Ogndal IL Frøidrett</b>  v/Normann Ryan Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer tlf. 93 202 223 <a href="mailto:norm@t-a.no">norm@t-a.no</a>
<b>01.09.2016</b> <b>kl. 1800</b>	<b>Stjørdal Frøidrettkarusell</b>  <b>Sted:</b> Framnes <b>Påm.frist:</b> 1 time før start. <b>Starter:</b> Nils Olav Kyllø <b>Dommere:</b> Kjell Haukø, Olav Einang, Eva Buland, Jens Holte.	<b>Alle klasser fra 6år.</b> 60m, 100m, 600m, høyde, tresteg, kule.	<b>Il Fram</b> v/ Liv Marit Honne <a href="mailto:liv.marit.honne@ramboll.no">liv.marit.honne@ramboll.no</a>  Ole Christiansen <a href="mailto:olch@statoil.com">olch@statoil.com</a> Konto: 8674 10 08175
<b>02. – 04.2016</b>	<b>Ungdomsmesterskapet</b>		<b>Sandnes</b>
<b>04.09.2016</b> <b>Kl. 1000</b>	<b>Offenåsen Opp</b> Mosjon kl 1000 – 1300 Konkurransen kl 1400 <b>Påm.frist:</b> <b>Starter/dommer</b> Petter Spolèn	<b>Motbakkeløp</b> Mosjon for alle aldersklasser!! <b>Konkurransklasser:</b> kvinner og menn Høydemeter bunn – topp: 330m <b>Løypelengder:</b> ca 5km Eksakt løypelengde kommer på innbydelsen.	<b><a href="http://www.offenasenopp.no">www.offenasenopp.no</a></b>   <b>Steinkjer Frøidrettsklubb</b>  postboks 57 7701 Steinkjer konto 4410.37.36088 <a href="http://www.steinkjerfik.no">www.steinkjerfik.no</a>  <b>Startkontingent:</b> Mosjon enkel: kr 100,- Mosjon familie: kr 200,- Konkurransen: kr 200,- Konto: 4410 37 36088
<b>04.09.2016</b> <b>Kl 1130</b>	<b>Festningen Rundt</b> <b>Sted:</b> Hegra Festning <b>Påm.frist:</b> Løpsdagen før kl 1100 <b>Starter/dommer:</b> Ola Lurfald	<b>Konkurransklasse kvinner og menn:</b>  9km rundløype med start og innkomst Hegra Festing. Trimklasse u/tid: start kl 0900 – 1100.	<b>Hegra il / il Dalebrand</b> v/Knut Gylland <a href="mailto:kn-gylla@online.no">kn-gylla@online.no</a> tlf: 414 66 057
<b>04.09.2016</b> <b>kl. 10.00</b>	<b>Follalunken</b>  <b>Sted:</b> Kolvereid <b>Påm.frist:</b> ½ time før start <b>Starter/dommer:</b> Bente Holm	<b>Terrengløp</b> Alle klasser f.o.m. 16 år + mosjon og trim 11 og 6km <b>Mosjon med tid:</b> Start kl 1200 – 11km. Felles buss til start Nærøy Kulturhus kl 1000 og 1115. Klær og utstyr transporteres tilbake til målområdet.	<b>Kolvereid IL Frøidrett</b> Påmelding v/Torkil Marsdal Hanssen <a href="mailto:tmh@pkom.no">tmh@pkom.no</a> . tlf: 97 976 065.  Spørsmål vedr løpet rettes til Liv Schjelderup tlf: 48 146 627  <b>Startkont:</b> Enkelstart kr 60,-, Familie kr 150,- Mosjon kr 100,- Konkurransen: kr 100,- bank: 4467.10.38239



<p>08.09.2016 kl. 18.00</p>	<p><b>Stjørdal friidrettskarusell</b> Øverlands Minde <b>Påm.frist:</b> 1 time før start <b>Starter:</b> Nils Olav Kyllø <b>Dommere:</b> Arne Bremseth, Inger Vikan Svee, Kjell Arne Tronstad, Paul Arne Røkke.</p>	<p><b>Alle klasser fra 6år.</b> 60m, 200m, 500m, lang hk, lengde, slegge</p>	<p><b>IL. Nybrott</b> Friidrettsavdelingen Boks 72, 7500 Stjørdal Kontaktperson: Arne Opheim</p>
<p>10.09.2016 KI 1200</p>	 <p><b>6.stevne</b> <b>Namdalslekene 2016</b> <b>Sted:</b> Kleppen stadion, Namsos <b>Påm.frist:</b> 08.09.2016 <b>Startere:</b> Nils Jørgensen, Stein Arne Galguften. <b>Dommere:</b> Arnt Olav Bruun, Terje Øvereng, Gunn Dahlen, Bjørn Sagmo, Mona Havik, Tor Arne Larsen, Trygve Stokke.</p>	<p><b>G/J 8 – 9år:</b> 60m, lengde, liten ball <b>J 10 – 12år:</b> 60m, 600,lengde, høyde, kule. <b>G 10 – 12år:</b> 60m, 600,lengde, høyde, kule. <b>J/G 13-14år</b> 60m, korthekk, 800m, høyde, lengde, kule, spyd. <b>J/G 15-22år</b> 100m, 300m/400m, 2000m/3000m høyde, lengde, kule, spyd <b>J/G 8-10år, 11-12år, 13-14år og 15-22år</b> 4x100m stafett <b>Funksjons- og bevegelseshemmede:</b> Tilrettelagte øvelser iht aldersklassens øvelsesutvalg.</p>	 <p><b>Namsen friidrettsforening</b> v/Stein Landsem <b>Postboks 250</b> <b>7801 Namsos</b> Tlf: 97 57 19 49 <a href="mailto:stein.landsem@ntfk.no">stein.landsem@ntfk.no</a> <b>Hjemmeside:</b> <a href="http://idrett.speaker.no/Organisation.asp?id=27037">http://idrett.speaker.no/Organisation.asp?id=27037</a></p>
<p>11.09.2015 kl. 1100</p>	<p><b><u>NYHET!</u></b> <b>FROSTALEKENE 2016</b> <b>Sted:</b> Vinnatrøa Frosthallen idrettspark. <b>Påm.frist:</b> 09.09.2016 <b>Starter:</b> Hermann Storflor <b>Dommere:</b> Arne opheim, Arne Olav Einanghaug, Aage Hagerup, Ole Iutdal.</p>	<p><b>Klasser/øvelser</b> <b>Gutter/Jenter 10 – 14år</b> 60m, 600m, lengde, høyde, kule, spyd. <b>Gutter/Jenter 15-17år</b> 100m, 800m, lengde, høyde, kule, spyd. <b>Menn/ Kvinner jr. U 20, jr. U 22, senior og veteran.</b> 100m, 800m, 3000m, lengde, høyde, kule, diskos, spyd.</p>	<p><b>Frosta il friidrett</b> v/ Magne Vårvik mail: <a href="mailto:magne@ibecome.no">magne@ibecome.no</a> Tlf: 90 06 93 56 Starkontingent: kr 50,- pr øvelse Konto: 4459.45.20413 <b>Premiering:</b> Alle får 1 deltakerpremie.</p>
<p>11.09.2016 KI 1000</p>	<p><b>Borgfjelløpet</b> Myrseth fotballbane Øvre Kvam <b>Starttid Trim</b> kl 1030 - 1130 <b>Starttid Konkurransen</b> kl 1200 <b>Påm.frist:</b> kl 1000 <b>Starter/dommer:</b> Viktoria Singh</p>	<p><b>Konk. Klasser og trim/mosjonsklasser.</b> <b>Løypelengder:</b> 2km 5km 9,5km</p>	<p><b>Rygg il og Kvam il</b> v/ Joar Vesterdal 7732 Steinkjer Tlf: 91 14 09 12 <a href="mailto:joar.vesterdal@ntebb.no">joar.vesterdal@ntebb.no</a> Startkontingent: Voksen trim kr 50,- Under 16år kr 25,- Familie kr 150,- Konkurransen kr 100,- Konto: 4410.09.89333</p>
<p>11.09.2016 kl 1200</p>	<p><b>Skageløpet</b>, Hunn skole <b>Påm.frist:</b> 1 time før start <b>Starter/Dommer:</b> Sverre Homstad</p>	<p><b>Kort løype:</b> 3,5km mosjon, <b>Lang løype:</b> 9,1km konk/mosjon <b>Trimklasser start kl 1200</b> <b>Konkurransklasser start kl 1300</b></p>	 <p><b>Overhalla Idrettslag</b> v/Øystein Homstad Melamoen 7860 Skage i Namdalen <a href="mailto:oe-y-hom@online.no">oe-y-hom@online.no</a> Bank:4448 12 61799</p>
<p>14.09.2016 kl. 18.00</p>		<p><b>Gate / veg</b> Menn og kvinner: 10 km</p>	<p><b>IL Nybrott/Stjørdal FIK</b> V/Nybrottskarusellen</p>

	 <p><b>5.løp</b></p> <p><b>Starter:</b> Ole T. Krogstad. <b>Dommer:</b> Gunnar Lerfald</p>	kortkarusell 1,3 km	Boks 72, 7501 Stjørdal Kontaktlf: 456 14 952 <a href="http://www.nybrott.info">www.nybrott.info</a>
17.09.2016 KI 1100	<p><b>Folkeløpet</b></p> <p><b>Sted:</b> Røstad på Levanger <b>Dato:</b> 17.sept 2016 Tid barneløpet: kl 1100 Tid øvrige: kl 1200</p> <p>Startkontingent og påmeldingsfrist se: <a href="http://tourdetomtvatnet.no">http://tourdetomtvatnet.no</a>.</p> <p>Innbetaling skjer ved elektronisk påmelding. <b>Starter:</b> Gunnar Eggen <b>Dommer:</b> Svein Snekkvik</p>	<p><b>Klasser og distanser:</b></p> <p><b>Barneløp</b> <b>Trimklasse:</b> 7km <b>Konkurranse:</b> 7 og 14km <b>J/G</b> 12-16, J/G 17-19, <b>M/KV</b> 20-29, 30-39, <b>Vet M/KV:</b> 40-49, 50-60, 60-70, 70+</p>	<p><b>Frol IL</b> v/Tore Andersen <a href="mailto:kathrine.engen@gmail.com">kathrine.engen@gmail.com</a></p>
17.09.2016 kl. 1030	<p><b>Klubbmesterskap/seriestevne</b></p> <p><b>Sted:</b> Øverlands Minde <b>Påmelding fra kl. 10.00</b> <b>Starter:</b> Jan Petter Bjørnevik <b>Dommer:</b> Margrethe Dybvad, Kjell Sverre Størseth, Per Frode Bjørgen, Arne Bremset, Randi Kvello, Ole Christensen.</p>	<p>Alle klasser fra 8 år 60 m, 100 m, 200 m hekk, 600 m, 800 m, lengde, tresteg, høyde, kule, diskos, spyd, slegge</p>	 <p><b>Stjørdal friidrettsklubb</b></p> <p>postboks 315 7501 Stjørdal <a href="http://www.sfik.no">www.sfik.no</a> tlf. 92234574/ 456 14 952</p>
18.09.2016 KI 1300	<p><b>Høststevne i kule-tikamp</b> Det vil i forkant av stevnet bli arrangert en konkurranse i Vektkast. Tønsåsen idrettssenter <b>Påm.frist:</b> ½ t før start <b>Dommere:</b> Håvard Størseth, Roar Hoff, Karin Gylland, Per Frode Bjørgen.</p>	<p>Alle klasser fra 10år.</p> <p><b>MRK</b> Tilleggsøvelse: Vektkast med start kl 1200.</p>	<p><b>Lånke IL Friidrett</b> <a href="mailto:lvar.nilssen@ntebb.no">lvar.nilssen@ntebb.no</a> konto 4465 23 38973 11-14 år: kr. 50,- Øvrige kr. 70,-</p>
18.09.2016 KI 1300	<p><b>Mosviksenderen rundt</b></p> <p><b>Sted:</b> Mosvik <b>Påm.frist:</b> 16.09.2016 <b>Starter:</b> Joralf Gran <b>Dommer:</b> Roar Nyborg, Øystein Landsem, Per Amdal</p>	<p><b>G/J:</b> 13, 14, -15, 16, 17, 18/19. <b>Senior</b> menn og kvinner <b>Veteran</b> menn og kvinner</p> <p><b>Innlagt mosjonsklasse.</b></p>	<p><b>Mosvik il Friidrett</b> v/Leif Arne Sagmo <a href="mailto:leif.arne.sagmo@mosvik.net">leif.arne.sagmo@mosvik.net</a> Tlf: 48 09 41 70 Startkontingenet: 13 – 17år kr 150,- 18/19år - veteran kr 200,- Kontonr.: 44481323522</p>
24.09.2016 KI 1300	 <p><b>KM terrengløp LANGE løyper</b></p> <p><b>Sted:</b> Ogndal skole, Røysing Stadion <b>Påm.frist:</b> 21.09.2016 <b>Starter:</b> Joaralf Gran <b>Dommer:</b> Toril Nyborg, Øystein Landsem.</p>	<p>Klasser/løyper:</p> <p><b>3 km:</b> Jenter og gutter 13 år, 14 år, 15 år, kvinner over 60 år.</p> <p><b>6 km:</b> Jenter 16 år, 17 år og 18-19 år, gutter 16 år og 17 år, kvinner senior og veteraner 35-59 år, menn over 60 år.</p> <p><b>9 km:</b> Gutter 18-19 år, menn senior og veteraner 35-59 år.</p>	 <p><b>Ogndal IL Friidrett</b></p> <p>v/Normann Ryan Gosenvegen 58, 7718 Steinkjer tlf. 93 202 223 <a href="mailto:norm@t-a.no">norm@t-a.no</a></p>

<p>25.09.2016 kl 1200</p>	<p><b>Innherredskarusel 4. stevne 2-mannsstafett</b> <b>Sted:</b> Skarpnes skole i Henning <b>Påm.frist:</b> 24.09.2016 Etteranmelding 1 time før start.  <b>Starter/dommer:</b> Hans Foosnæs.</p>	<p><b>Klasseinndeling:</b> 0-5 år: en runde, individuelt. 6-7-år: tomannsstafett, to runder hver. 8-10 år: tomannsstafett, tre runder hver, tidtaking, men ikke rangering. 11-12 år: tomannsstafett, tre runder hver, tidtaking og rangering. Fra 13 år og oppover: tomannsstafett, fire runder hver, tidtaking og rangering.</p>	<p><b>Henning il v/Ellen Wekre</b>  Startkontingent kr 100,- i henhold til felles bestemmelser for Innherredskarusellen. Premie til alle som deltar. Påmelding til <a href="mailto:e-wekre@hotmail.com">e-wekre@hotmail.com</a>, tlf 948 56 370</p>
<p>01.01.2016 kl. 14.00</p>	<p> <b>6.løp</b>  <b>Starter:</b> Olaf Lydvo <b>Dommer:</b> Arne Brunnes</p>	<p><b>Gate / veg</b> Menn og kvinner: halvmaraton</p>	<p><b>IL Nybrott/Stjørdal FIK</b> V/Nybrottskarusellen Boks 72, 7501 Stjørdal Kontakt tlf: 456 14 952 <a href="http://www.nybrott.info">www.nybrott.info</a></p>
<p>03.10.2016 kl. 13.00</p>	<p><b>Åpent Botnanmesterskap i Landeveisløp</b> v/Botnan Forsamlingshus <b>Påm. Frist:</b> kl. 1030 - 1230 <b>Starter/dommer:</b> Gustav Amdal.</p>	<p><b>Alle klasser</b> Landeveisløp 2km 10- 13år Landeveisløp 4km 14- 15år Landeveisløp 8km 16år og eldre</p>	<p><b>Botnan IL</b> v/Kristian Foss Furuvegen 8, 7800 Namsos Tlf.91376629 <a href="mailto:kristian.foss@namsos.kommune.no">kristian.foss@namsos.kommune.no</a> Bank: 4400.32.67617 <a href="http://www.n3sport.no/ski/Botnan">www.n3sport.no/ski/Botnan</a></p>
<p>04.10.2016 KI 17.00</p>	<p><b>Seriestevne i hopp og kast.</b>  <b>Sted:</b> Tønsåsen Idrettssenter <b>Dommere:</b> Ottar Kvaal, Per Velve, Gunnar Weiseth, Stig Ovesen, Roar Sagerup.</p>	<p><b>Alle klasser</b></p>	<p><b>Lånke IL Friidrett</b> <a href="mailto:lvar.nilssen@ntebb.no">lvar.nilssen@ntebb.no</a></p>
<p>09.10.2016 KI 1200</p>	<p><b>NM Terrengløp Lange løyper</b></p>		<p><b>Rindal</b></p>
<p>12.10.2016 KI 1900</p>	<p><b>Innherredskarusellen 5.stevne</b> <b>Sted:</b> Steinkjerhallen, Campus Steinkjer <b>Påm.frist:</b> 11.10.2016  <b>Starter:</b> Jan A. Foosnæs <b>Dommer:</b> John Ellingen</p>	<p>Alle klasser fom 6år.  Online påmelding</p>	<p> <b>Steinkjer Friidrettsklubb</b>  v/ Trond Hermanstad tlf: 99468032 <a href="mailto:trond@steinkjervarme.no">trond@steinkjervarme.no</a> postboks 57 7701 Steinkjer konto 4410.37.36088 <a href="http://www.steinkjerfik.no">www.steinkjerfik.no</a></p>

**Trønder-fluvis**  
*- levende engasjert!*

**NA** Orientering  
Ski  
- karusellen Friidrett