

VETERAN-NYTT

Friidrett



Innholdsfortegnelse:

FRÅ REDAKSJONEN:	2
Veteranserien 2004	2
Formål med friidrett for veteraner	2
Serieresultater	3
Stevneinnbydelser:	7
NM Langedistanse løp med innbydelse i Kondis.	7
NM halvmaraton 3. september	7
NM terrengløp lang løype, 10 km menn, 6 km kvinner, Jessheim 17. september.....	7
NM maraton, Oslo 2. oktober	7
EM gateløp, Vila Real de San Antonio 13 – 15 mai	8
NM 4/5-kamp Oslo Idrettslag 4. juni.....	10
NM Banestafetter OPIL 11. juni.	11
NM Askøy, 24 – 26 juni	12
Nordisk, Veldre 30. juni - 3. juli	13
VM, San Sebastian, Spania 22. august – 3. september	15
Skandinavisk gruppereise til San Sebastian i anledning av VM for Veteraner	22
NM Kast-5kamp, Lyngdal I.L. 24. september	23
Veteranutvalget	24
Veteranantrekk	25

Redaktør: Kjartan Sølvberg

FRÅ REDAKSJONEN:

HALLO IGJEN – OG GODT NYTT ÅR!

Vi går ut frå at de har venta på Veterannytt i postkassa ei tid. Sesongen er alt i gang, og første NM-arrangement er 26.-27. februar i Stangehallen. Ny øving i år er vektkast, som skal avviklast i ein ridehall i nærleiken. Veteranutvalet står som arrangør i år, og vi treng hjelp frå dei aktive og andre som dommarar og funksjonærar. Påmeldinga er bra, ca. 150 påmelde til vel 400 startar. Vi får håpe på ei grei avvikling.

Til **EM innendørs i Eskilstuna** er det og bra påmelding frå Norge, 47 deltakarar.

Ellers har vi, så langt dei er klare, teke med stemneinnbydingar for sesongen.

Brumunddal og Veldre melder at **Nordisk meisterskap** er i rute. Ellers er det vel **VM i San Sebastian** som er det store målet for mange i år. Innbyding og påmeldingsskjema i dette nummer.

NB! Vi manglar arrangør til NM 7-kamp/10-kamp (helst medio august).

Veteranserien 2004

Vinnar av 1. divisjon kvinner vart **IL Framsteg**. 1. divisjon menn vann **Tønsberg FIK**. Vi gratulerar dei flinke klubbane, og takkar alle lag for innsatsen. Vi må og rette ei takk til **Knut Alme**, som har kontrollert og sett opp resultatlistene.

Ad. papirutgåve av Veterannytt

Nr. 2/04 vart send ut til drygt 1000 adresser. Ca. 50 eks. kom i retur. Nokre medlemmar var gått bort sidan sist, andre hadde fått ny adresse utan å melde flytting.

Dei fleste nøyer seg no med nettutgåva, men ca 150 har betalt 50 kr for abonnement for 2005. Dei andre blir no strokne på abonnementslista.

Under NM i Stangehallen vil dei som har betalt for papirutgåva få denne utlevert. Det blir og anledning til å kjøpe Veterannytt for 2005 ved å betale kr 50 til Inger Austbø og registrere seg som abonnent.

Med dette ynskjer vi alle aktive lukke til med ein ny sesong!

GODE VETERANVENNER

Formål med friidrett for veteraner.

Opprettholde og skape interesse for friidrett i aldersgruppene fra 35 til 100+.

Bedre livskvalitet ved:

- Helse/Trening
- Vennskap/Miljø
- Konkurranser

Kombinere egen aktivitet med trener og lederrolle for egen og/eller andre aldersgrupper.

Bidra til å bedre forhold for friidrett sommer og vinter på eget hjemsted og nasjonalt.

Samarbeide med NFIF til beste for friidretten.

Serieresultater.

VETERANSERIEN 2004 MENN

1. DIVISJON *****				2. DIVISJON *****			
1.	Tønsberg FIK	20/10	17.184	1.	Tvedestrand T&IF	15/6	11.685
2.	Gloppen FIL	20/11	16.496	2.	IL Fri	15/4	11.300
3.	IL Gular	20/8	16.097	3.	Fossum IF	15/6	10.532
4.	Osterøy IL	20/6	15.997	4.	Strindheim IL	13/8	10.452
5.	Ullensaker/Kisa IL	20/8	15.463	5.	IL Valder	15/5	10.368
6.	Oslo IL	20/9	15.380	-----			
7.	Ask Friidrett	20/8	15.212	6.	Tønsberg FIK 2. lag	15/5	9.979
8.	FIL AKS-77	20/8	15.147	7.	Sandefjord T&IF	13/2	9.692
9.	IL Flint	20/5	14.186	8.	Stord IL	14/5	8.935
10.	Bækkelagets SK	20/6	13.749	9.	Oslo Politis IL	13/4	8.745
11.	IL Norodd	20/9	13.672	10.	Osterøy IL 2. lag	15/7	8.555
12.	Halden IL	20/6	13.491	11.	Sparbu IL	15/5	8.494
13.	Mjøsdalen IL	20/11	13.332	12.	Larvik T&IF	11/3	8.177
14.	Lørenskog FIL	20/12	13.267	13.	Steinkjer FIK	11/4	7.910
15.	FIK BFG Fana	20/9	13.156	14.	IL Dalebrand	13/7	7.772
-----				-----			
16.	IL Trio	20/8	13.135	15.	Sparbu IL	14/6	7.351
17.	Lånke IL	20/8	12.606	16.	SK Vidar	10/3	6.434
18.	Ski IL	14/5	10.153	17.	Ask Friidrett	12/7	6.073
19.	Gloppen FIL 2. lag	15/10	9.916	Asker Skiklubb			
20.	Veldre IL	10/8	7.281	IL Norodd 2. lag			
Kongsberg IF				Rana FIK			
-----				-----			
3. DIVISJON *****				4. DIVISJON *****			
1.	Snøgg Friidrett	15/4	9.033	1.	Urædd Friidrett	10/4	7.058
2.	IL Gular 2. lag	13/6	8.829	2.	Byåsen IL	10/3	6.773
3.	IF Klypetussen	15/9	8.695	3.	Laksevåg T&IL	9/7	6.260
4.	FIL AKS-77	13/8	7.900	4.	Skaun IL	8/3	5.611
5.	Oslo IL 2. lag	11/5	7.631	5.	NTNUI	9/3	5.182
-----				-----			
6.	Malvik IL	11/6	6.936	6.	IL Flint 2. lag	10/3	4.992
7.	Eikanger IL	13/4	6.819	7.	Spydeberg IL	6/1	4.984
8.	Lørenskog FIL 2. lag	15/7	6.803	8.	Hannevikas IL	9/5	4.870
9.	Stjørdal FIK	9/6	6.638	9.	Mjøsdalen IL 2. lag	10/6	4.683
10.	Ogndal IL	12/6	6.298	10.	IL Hållingen	6/1	4.502
11.	Askim IF	8/3	4.856	11.	Laksevåg T&IL 2. lag	8/4	4.383
12.	Nidelv IL	4/2	2.810	12.	Os TF	6/1	4.367
13.	Ranheim IL	5/3	2.525	13.	IL Fri 2. lag	8/5	4.353
14.	Inderøy IL	4/3	2.310	14.	Vollan IK	8/3	4.343
-----				15.	Løten IL	4/1	4.306
15.	SK Freidig	2/1	1.115	16.	Heimdal IF	5/3	4.229
Ålesund FIK				17.	IF Hellas	8/4	4.226
Gjesdal IL				18.	Hjellvik IL	7/1	4.046
Florø T&IF				19.	IF Klypetussen 2. lag	10/4	3.897
Kristiansand IF				20.	Stord IL 2. lag	8/6	3.888
IL Skjalg							

4. DIVISJON forts.

21.	Nittedal IL	8/4	3.867
22.	IL Nybrott	7/2	3.772
23.	Trondheim Friidrett	6/2	3.662
24.	Odda IL	6/3	3.627
25.	IL Trio 2. lag	7/3	3.618
26.	Bremnes IL	6/3	3.616
27.	Oslo IL 3. lag	6/2	3.576
28.	Strindheim IL 2. lag	5/4	3.521
29.	FIL AKS-77 3. lag	6/4	3.339
30.	Skogn IL	5/3	3.254
31.	IL Harding	6/4	3.242
32.	Oslo Politis IL 2. lag	6/3	3.196
33.	Sarpsborg IL	4/1	3.185
34.	IL Gular 3. lag	6/4	3.157
35.	IL Korlevoll	8/3	3.109
36.	Frol IL	5/3	3.099
37.	Mosvik IL	4/2	3.094
38.	Overhalla IL	5/3	3.080
39.	T&IF Viking	6/2	3.060
40.	IL Varegg	4/3	2.874
41.	Stjørdal FIK 2. lag	4/2	2.824
42.	Hegra IL	5/4	2.656
43.	Laksevåg T&IL	8/5	2.625
44.	Stjørdal FIK 3. lag	4/2	2.550
45.	Vinne IL	4/3	2.518
46.	IL Fenring	6/2	2.494
47.	Leinstrand IL	4/1	2.451
48.	IL Valder 2. lag	6/3	2.377
49.	Mjøsdaalen IL 2 lag	6/6	2.351
50.	Osterøy IL 3. lag	6/4	2.323
51.	Stjørdals-Blink	5/3	2.236
52.	Sjentne IL	4/3	2.185
53.	Lørenskog FIL 3. lag	7/6	2.149
54.	Lånke IL 2. lag	7/3	2.086
55.	Forra IL	4/3	2.056
56.	Vossaalliansen	5/1	2.041
57.	Strindheim IL 3. lag	3/2	1.893
58.	Hommervik IL	4/2	1.851
59.	IL Aasguten	3/2	1.800
60.	Sandvollan IL	4/3	1.709
61.	Nidelv IL 2. lag	3/2	1.652
62.	Klæbu Løperklubb	3/2	1.641
63.	Markabygda IL	3/2	1.632

4. DIVISJON forts.

64.	Støren SK	4/3	1.600
65.	IL Dalebrand 2. lag	4/2	1.597
66.	Vinne IL 2. lag	3/2	1.509
67.	Stjørdal FIK 4. lag	4/3	1.485
68.	Frosta IL	3/3	1.468
69.	Trønder-Øst FIK	4/3	1.416
70.	Stjørdals-Blink 2. lag	4/3	1.267
71.	IL Fram	3/2	1.240
72.	IL Nybrott 2. lag	4/2	1.190
73.	Namsos Løperklubb	2/2	1.064
74.	Hommervik IL 2. lag	3/2	1.050
75.	Selbu IL	2/1	1.030
76.	Malvik IL 2. lag	3/2	1.002
77.	Oppdal IL	2/1	955
78.	Snåsa IL	2/2	948
79.	Hitra FIK	2/1	918
80.	Stjørdals-Blin 3. lag	4/2	879
81.	Namsen FIF	1/1	868
82.	Frol IL	2/1	857
83.	IL Nybrott 3. lag	4/2	857
84.	Hegra IL 2. lag	2/2	791
85.	Steinkjer FIK 2. lag	2/2	739
86.	Oppdal IL 2. lag	2/2	735
87.	Verdal FIK	2/2	687
88.	IK Rindals-Troll	1/1	680
89.	IL Snøhetta	1/1	642
90.	Strindheim IL 4. lag	1/1	613
91.	IL Fram 2. lag	2/2	595
92.	Ronglan IL	1/1	588
93.	Oppdal IL 3. lag	2/2	516
94.	Ytterøy IL 2. lag	1/1	507
95.	IL Nybrott 4. lag	4/2	490
96.	Namsos Løperkl. 2. lag	1/1	442
97.	Frosta IL 2. lag	1/1	402
98.	Oppdal FIK	1/1	397
99.	Oppdal IL 4. lag	2/2	383
100.	Forra IL 2. lag	2 /2	373
101.	Overhalla IL 2. lag	1/1	372
102.	Sjetne IL 2. lag	1/1	263
103.	Byneset IL	1/1	259
104.	IL Fram 3. lag	1/1	239
105.	Sandvollan IL 2. lag	1/1	217

VETERANSERIEN 2004

K V I N N E R

1. DIVISJON *****				2. DIVISJON *****			
1.	IL Framsteg	15/1	12.463	1.	Osterøy IL	10/6	6.303
2.	IL Flint	15/2	11.991	2.	Kvinesdal IL	10/1	5.357
3.	Florø T & IF	15/5	11.584	3.	Ask Friidrett	8/3	4.313
4.	Veldre IL	15/5	11.534	-----			
5.	Gjøvik FIK	15/3	11.471	4.	Oslo Politis IL	6/3	4.146
6.	Mjøsdalen IL	15/3	9.789	5.	Lørenskog FIL	6/2	3.941
7.	Oslo IL	14/5	8.185	6.	Larvik T&IF	5/1	3.404
-----				7.	FIK BFG-Fana	5/4	2.704
8.	Bærum Skiklubb	9/1	6.299	-----			
9.	Steinkjer FIK	5/2	3.154	Ullensaker/Kisa IL			
	Rana FIK			IK Tjalve			
				Lillesand IL			

3. DIVISJON *****				4. DIVISJON *****			
1.	Royal Sport	10/7	7.012	1.	Laksevåg T&IL	10/4	5.228
2.	Sparbu IL	8/4	4.954	2.	Stovnerkameratene	9/2	5.180
3.	Byåsen IL	5/3	3.520	3.	Askim IF	8/2	4.759
-----				4.	FIL Frisk	7/1	3.641
4.	Moss IL	4/1	3.344	-----			
5.	Kongsberg IF	4/1	3.085	5.	SK Vidar	4/2	3.469
6.	IL Valder	4/2	2.480	6.	Laksevåg T&IL	8/2	3.043
-----				7.	IF Klypetussen	9/3	3.038
IF Eiker Kvikk				8.	IL Fri	6/2	2.437
Ørsta IL				9.	Byåsen IL 2. lag	4/2	1.918
Florø T&IL 2. lag				10.	IL Harding	4/3	1.657
Nidelv IL				11.	Vinne IL	2/1	1.475
				12.	Mosvik IL	2/1	1.164
				13.	Selbu IL	2/1	1.143
				14.	Stjørdal FIK	2/1	1.111
				15.	Osterøy IL 2. lag	4/3	1.082
				16.	IL Nybrott	2/1	1.033
				17.	Byåsen IL 3. lag	2/1	776
				18.	SK Vidar 2. lag	1/1	718
				19.	Strindheim IL	1/1	603
				20.	Vollan IK	2/2	415
				21.	Namsen FIF	1/1	271
				22.	IL Dalebramnd	1/1	193
				23.	Oppdal IL	1/1	88

Strekene markerer opp- og nedrykk for Veteranserien 2005.

NORSKE DELTAKERE, EM INNENDØRS 2005

Navn	Klasse	Øvelser
Andersen, Helge Idar	M70	60 m, 60 m h
Bjørsvik, Arvid	M60	3 km W, 10 km RW
Blakstad, Herborg	W60	60 m, 200 m
Dahl, Geir	M60	60 m, 200 m
Dunseth, Ellen M	W50	60 mh, høyde, lengde, tresteg
Gundersrud, Leif	M70	Kule, vekt
Heil. Sørensen, Kjetil	M45	Kule
Heil. Sørensen, Torger	M55	Kule
Hoff, Karl Jørgen	M45	Kule, vekt
Holø, Erik	M75	60 m, 60 mh, 200, 400, 800
Homme, Kurt	M75	Kule, vekt
Huflåtten, Marit	W50	60, 200, 60 mh, lengde, tresteg
Hyttén, Svein	M60	60 mh, høyde, kule, vekt
Høilo, Svein	M75	60 m, 200 m, 60 mh, høyde
Igesund, Alf	M75	800 m, 1500 m, 3000 m
Johansen, Tom Roger	M45	3000 m, 5 km terr
Jæger, Lars Martin	M35	Kule, vekt
Klungland, Stein Tore	M45	Lengde, tresteg
Liland, Hanne	W35	3 km W, 10 km RW
Lillefosse, Arthur	M60	3 km W, 10 km RW
Lund, Håvard	M80	Høyde, vekt
Løland, Johan A.	M45	60 m, 200 m, 400 m
Myrvang, Jostein	M55	Vekt
Nagell-Dahl, Halldis	W60	3 km W, 10 km RW
Nygård, Harald	M50	1500 m, 3000 m
Pedersen, Marianne	W35	60m, 60mh, 200m, lengde, tresteg
Pettersen, Sølvi Furnes	W40	3 km W
Rimstad, Knut	M55	400 m, 800 m
Rinne, Ante	M45	400 m
Rolstad, Jan	M50	3 km W, 10 km RW
Rui, Tarald	M70	Kule, vekt
Sangvik, Sigrun	W45	3 km W, 10 km RW
Skramstad, Knut H	M65	60 mh, høyde, stav, 5-kamp
Slåttun, Kåre	M60	Kule
Stenbakk, Mariann	W60	400 m, 800, 1500, 3000
Svennevik, Erling	M85	Høyde, tresteg, kule, vekt
Syversen, Øystein	M50	5 km terr
Sælen, Nina Solvår	W40	3 km W
Sæther, Arne	M70	Kule, vekt
Sølvberg, Kjartan	M65	kule, 5-kamp
Uleberg, Oddbjørn	M60	Kule
Ulleberg, Trond	M40	kule
Undheim, Anny	W45	200, 400, 60 mh, høyde, lengde
Valdemarsson, Ari	M70	800, 1500, 3000, 5 km terr
Viulsrød, Oddvar	M40	Tresteg
Ødegård, Harald	M55	800 m, 1500 m, 3000 m

Stevneinnbydelser:

NM terrengløp, kort løype, Åheim 9. april

Påmelding:

Åheim Idrettslag ønsker vel møtt til NM 2005i terrengløp kort løype 9 april.

Løparar og løpsvenner:

Åheim IL har gjennom 45 år arrangert 1.mailøpet, eit terrengløp for alle klasser med rundt 200 deltakarar. Dette har gitt oss erfaring med å avvikle løpsarrangement og ein dyktig og entusiastisk funksjonærstab. Vi meiner sjølve, og får stadig tilbakemeldingar på at dette er eit arrangement som held eit høgt nivå både når det gjeld det tekniske, løyper og ramma rundt. Vi har difor ønskt å gå eit steg vidare når vi nå har fått tildelt norgesmeisterskapet i terrengløp, kort løype og stafettar 2005. Åheim IL ser det som ei ære å få arrangere eit slikt meisterskap. Vi håpar mange vil prioritere å delta i NM hos oss og sjå det spennande i å møte nye stader og nye løyper. Vi kan by på eit møte med vakker natur og og vi vil gjere vårt beste for å lage eit arrangement der løparane står i sentrum og skape ei best muleg oppleving for deg som deltek.

Fridrettsgruppa Åheim IL NM- terrengløp

ÅHEIM IDRETTSLAG

1.Til e-post seinast 3. April: thubring@c2i.net

2.Telefax seinast 3. April: 70 02 42 19

3. Skrifteleg poststempla seinast 31 Mars til : Jon Sivert Thue, Slagnes, 6146 Åheim
Tlf. 700 24318 / 92 83 32 58

Ev: Ole Magne Kvalsvik, 6144 Sylte Tlf 700 22091 / 911 84479

E-post: olemkv@online.no

Startkontingentar: Kvinner junior kr 150.-

Kvinner senior kr 150.-

Kvinner veteran kr 90.-

Menn junior kr 150.-

Menn senior kr 150.-

Menn veteran kr 90.-

Stafett pr. lag kr 600.-

Startkontingent betalast inn på konto 3972.20.36100 ved påmelding

NM Langedistanse løp med innbydelse i Kondis.

NM halvmaraton 3. september

NM terrengløp lang løype, 10 km menn, 6 km kvinner, Jessheim 17. september.

NM maraton, Oslo 2. oktober

EM gateløp, Vila Real de San Antonio 13 – 15 mai .

**All entries must be sent to EVAA Affiliates National Federation at 20th March 2005.
Entries from countries without association affiliated to EVAA or where the federation
has not fulfilled its duties are required to be approved by the EVAA Council.**

Entry fee:

First event - € 22

Further event - € 12

Cross relay - € 10 for team

**For all entries is required an attached copy of ID card/passport, together with the filled
entry form bellow.**

Påmelding og innbetaling må være sendt til Inger seinest **16. mars 2005.**

Inger Austbø

Falkeløkka 29

3617 Kongsberg

Telefon: 32728296

Mobil 48093307

E-post: ingerau@online.no

Penger sendes til Veteranutv. v/Inger på konto: 2291.15.20242

Kursen på Euro settes til 8,50.

Påmeldingsskjema, se neste side:

Entry Form
(printed by www.evacns2005.com)

Family:

Firstname:

Gender:

Date of Birth:

Nationality:

Age as of 13th May 2005:

Address:

Postale Code/Zip:

Country:

Phone: Fax:

E.mail:

Events:

10 km Road Run:

Half Maraton:

10 km Road Race Walk:

20 km Road Race Walk:

30 km Road Race Walk:

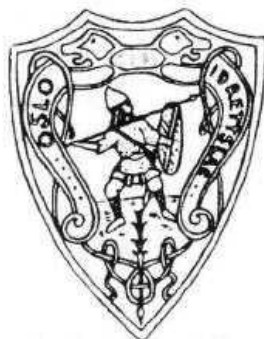
DECLARATION

By filling this Entry Form, I declare that to the best of my knowledge and belief that I am in good health and that there are no objection against my participation in EVACNS 2005 on medical grounds. I relieve the EVAA, the local organisers of EVACNS 2005 and/or third parties acting on their behalf of any responsability with regards to any accident, injury, loss, or damage to myself or to my property, which may be sustained during or in connection with EVACNS 2005. I also give my consent to be subject to drug testing at EVACNS, should be selected to do so.

I've read the above, and accept it

Signature:_____

NM 4/5-kamp Oslo Idrettslag 4. juni



NM 4/5-KAMP FOR VETERANER

NIH/Sogn lørdag 4. juni 2005 klokken 11.00

Oslo Idrettslags Friidrettsavdeling innbyr til Norgesmesterskap for veteraner. Vanlig klasseinndeling. Kvinner og menn. Redskap i samsvar med internasjonal standard.

Øvelsenes rekkefølge er for menn: lengde, spyd, 200m, diskos, 1500m
" " " "kvinner: 100m, kule, lengde, 800m

Ta gjerne med egne kastredskap. Hvis disse brukes i konkurransen, må de godkjennes 1 time før start.

Påmelding med startkort sendes Arne Lunder, Gopledalsv20, 1357 Bekkestua innen 14. mai 2005.

Startkontingent kr. 250.- sendes Oslo Idrettslag Friidrettsavdeling v/Edith Aasenhuus, Sofiesgt.45, 0168 Oslo, bankgiro 8200 02 11563.

Ingen etteranmelding.

VELKOMMEN !!!

NM Banestafetter OPIL 11. juni.

VETERAN-NM STAFETTER 2005

Oslo Politis Idrettslag inviterer til Veteran-NM i
stafetter på Lambertseterbanen
Lørdag 11. juni 2005 kl. 1300

ØVELSER

KVINNER

4 X 100 METER
4 X 400 METER
4 X 800 METER

MENN

4 X 100 METER
4 X 400 METER
4 X 1500 METER

KLASSER

KV/MV : 35-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70-79 og
80+ på alle distanser.

STARTKONTINGENT : Kr. 300.00 pr. lag sendes
Oslo Politis ILs bankkonto 7050.20.14410

PÅMELDING sendes innen 2. juni 2005 til :
Oslo Politis Idrettslag v/Knut Alme,
Johan Castbergsvei 2, 0673 Oslo
Telefon: 22 67 11 60 (a)
Email: knut.alme@friidrett.no

NM Askøy, 24 – 26 juni



VETERAN-NM FRIIDRETT ASKØY 24. -26. JUNI 2005 Ravnanger Idrettspark

Ask Friidrett har gleden av å invitere til Veteran NM på Ravnanger Idrettspark 24. – 26. juni. Øvelsesutvalget og dagsprogram blir lagt ut på vår hjemmeside, [http:// www.veterannm2005friidrett.org](http://www.veterannm2005friidrett.org)

Påmelding: Påmelding gjøres via stevnets internettside [http:// www.veterannm2005friidrett.org](http://www.veterannm2005friidrett.org) fra 1.april
Påmelding må være mottatt hos arrangør senest 10. juni 2005

Startkontigent: **Kr. 150,- pr. øvelse. Stafett kr. 250,-**
Giro 6515.05.14562
Ask Friidrett
V/ Solgun Ellingsen,
Løfjellveien 6, 5300 KLEPPESTØ
(Startnummer vil ikke bli utdelt så fremt det ikke kan fremlegges kvittering for innbetalt påmelding.)

Kontaktpersoner: Geirulf Mikkelsen, tlf 91160862
E-post: geirulf@online.no
Bjørn Fluge tlf. 56149397
E-post: bflug@online.no
Tore Silseth, tlf 95844363
E-post toresil@online.no

For ytterligere info om NM se [http:// www.veterannm2005friidrett.org](http://www.veterannm2005friidrett.org)

Nordisk, Veldre 30. juni - 3. juli

Påmelding direkte til arrangør.

PÅMELDINGSBLANKETT/ENTRY FORM

Etternavn..... Fornavn.....
 Adresse..... Land.....
 Født, dato og år..... Klubb.....
 Telf..... e-post..... Klasse.....
 Surname..... First name.....
 Address..... Country.....
 Date and year of birth..... Club.....
 Tel..... e-mail..... Age group.....

Sett X for de øvelsene du ønsker å delta i/ Please mark your participation with X

Menn/men		Kvinner/Women	
Øvelse/Event		Øvelse/Event	
Terrenngløp/cross country 10 km		Terrenngløp/cross country 5 km	
Kastfemkamp/Throw Pentathlon		Kastfemkamp/Throw Pentathlon	
100 m		100 m	
200 m		200 m	
400 m		400 m	
800 m		800 m	
1.500 m		1.500 m	
5.000 m		5.000 m	
10.000 m		10.000 m	
110 m hekk/hurdles (M 35 – 45)		100 m hekk/hurdles (K 35)	
100 m hekk/hurdles (M 50 – 65)		80 m hekk/hurdles (K 40+)	
80 m hekk/hurdles (M 70+)		400 m hekk/hurdles (K 35 – 45)	
400 m hekk/hurdles (M 35 – 55)		300 m hekk/hurdles (K 50+)	
300 m hekk/hurdles (M 60+)		2000 m hinder/steeplechase (K 35 – 55)	
3000 m hinder/steeplechase (M 35 – 55)		Høyde/High jump	
2000 m hinder/steeplechase (M 60+)		Stav/Pole vault	
Høyde/High jump		Lengde/Long jump	
Stav/Pole vault		Tresteg/Triple jump	
Lengde/Long jump		Kule/Shot put	
Tresteg/Triple jump		Diskos/Discus throw	
Kule/Shot put		Slegge/Hammer throw	
Diskos/Discus throw		Spyd/Javelin throw	
Slegge/Hammer throw		Vektkast/Weight throw	
Spyd/Javelin throw		3.000 m kappgang, bane/track walk	
Vektkast/Weight throw		5 km kappgang, vei/road walk	
5.000 m kappgang, bane/track walk		1.000 m stafett/relay	
10 km kappgang, vei/road walk			
1.000 m stafett/relay			

Påmelding bankett (NOK 300,-) ☐ sett kryss
 Participation in banquet (NOK 300,-) ☐ mark here

Startavgift

Første øvelse: NOK 250,- Flg. øvelser: NOK 175,-
 Kastfemkamp NOK 250,- Stafett: NOK 250,-
 Vi ber om at beløpet betales til konto nr.
 1822.17.55568 i Sparebanken Hedmark

Påmeldingsfrist 20 mai 2005

Deltagere fra Danmark, Finland, Island og Sverige mel-
 der seg på til sine nasjonale forbund.
 Deltagere fra Norge melder seg på til Veldre Friidrett
 v/ Jens Trætteberg, 2340 Loten, telf. +47 62 59 46 16,
 e-post jenstroae@online.no

Bestilling T-skjorte / order T-shirt (NOK 100,-) ☐
 small ☐ medium ☐ large ☐ extra large ☐

Entry fee

First entry NOK 250,- Later entries: NOK 175,-
 Throw Pentathlon NOK 250,- Relay: NOK 250,-
 Please transfer the amount to account no.
 1822.17.55568, Sparebanken Hedmark
no later than May 20, 2005

Participants from Denmark, Finland, Iceland, and
 Sweden register through their national association,
 Norwegian participants register directly to Veldre
 Friidrett v/ Jens Trætteberg, 2340 Loten,
 tel. +47 62 59 46 16, e-mail jenstroae@online.no

Sted / Place

dato / date

underskrift / signature

DAGSPROGRAM**Torsdag 30 juni**

Menn	Kvinner
Terrensløp 10 km, Brumunddal	Terrensløp 5 km, Brumunddal
Kastfemkamp, Moelv	Kastfemkamp, Moelv

**Fredag 1. juli
Brumunddal**

Menn	Kvinner
200 m, 800 m, 5000 m, kort hekk 110/100m/ 80m	200 m, 800 m, 5000 m, kort hekk 100/80m
5000 m kappgang bane, lengde, diskos, vektkast M 35-55	3000 m kappgang bane, høyde, spyd, vektkast

**Lørdag 2. juli
Brumunddal**

Menn	Kvinner
100m, 10.000m, lang hekk 400/300m høyde, kule, slegge, 1000m stafett	100m, 10.000m, lang hekk 400/300m lengde, stav, diskos, 1000m stafett

Sosialt samvær med mat, underholdning og dans.

**Søndag 3. juli
Brumunddal**

Menn	Kvinner
400m, 1500m, hinder 3000/2000m, 10 km kappgang vei, stav, tresteg, spyd, vektkast M 60-90	400m, 1500m, hinder 2000m, 5 km kappgang vei tresteg, kule, slegge

DAILY PROGRAM**Thursday June 30**

Men	Women
Cross country 10 km, Brumunddal	Cross country 5 km, Brumunddal
Throw Pentathlon, Moelv	Throw Pentathlon, Moelv

**Friday July 1
Brumunddal**

Menn	Kvinner
200 m, 800 m, 5000 m, hurdles 110/100 m/ 80 m, 5000 m track walk, long jump, discus throw weight throw M 35-55	200 m, 800 m, 5000 m, hurdles 100/80 m, 3000 m track walk, high jump, javelin, weight throw

**Saturday July 2
Brumunddal**

Menn	Kvinner
100 m, 10.000 m, hurdles 400/300 m, high jump, shot put, hammer throw, 1000 m relay run	100 m, 10.000 m, hurdles 400/300 m, long jump, pole vault, discus throw, 1000 m relay run

Social event including food, entertainment, and dancing.

**Sunday July 3
Brumunddal**

Menn	Kvinner
400 m, 1500 m, steeplechase 3000/ 2000 m, 10 km road walk, pole vault, triple jump, javelin, weight throw M 60-90	400 m, 1500 m, steeplechase 2000 m, 5 km road walk, triple jump, shot put, hammer throw



Furnesveien 5, 2380 Brumunddal

VM, San Sebastian, Spania 22. august – 3. september

Påmelding må være sendt til Inger seinest **10. mai 2005**.

Inger Austbø

Falkeløkka 29

3617 Kongsberg

Telefon: 32728296

Mobil 48093307

E-post: ingerau@online.no

Se påmeldingsskjema neste side. Entry form.

Penger sendes til Veteranutvalget v/Inger på konto: 2291.15.20242

Kursen på Euro settes til 8,50 kr.

Med hensyn til reise sendes påmelding direkte til ***Special Rejser, Leharsvej 46, 7500 Holstebro, Danmark***. Se lenger bak.

ENTRY FORM

ATHLETES AND COMPANIONS



**XVI WMA WORLD MASTERS ATHLETICS
CHAMPIONSHIPS STADIA**
DONOSTIA-SAN SEBASTIAN (SPAIN)
22 AUGUST- 3 SEPTEMBER 2005



PLEASE FILL IN ONE ENTRY FORM FOR EACH PERSON

1. PERSONAL INFORMATION ☐ **ATHLETE** ☐ **COMPANION**

- FAMILY NAME:	- GIVEN NAME:
- ADDRESS:	- CITY:
- ZIP CODE:	- CLUB:
- COUNTRY:	- FAX:
- TELEPHONE:	- DATE OF BIRTH:
- E-MAIL:	

2. CATEGORIES

SEX	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-94	95-99	100+
FEMALE														
MALE														

3. EVENTS

CODE	X	EVENTS	BEST PERFORMANCE 2003/04
DEC		Decathlon	
HEP		Heptathlon	
PEN		Weight pentathlon	
100		100m	
200		200m	
400		400m	
800		800m	
1500		1500m	
5000		5000m	
10000		10000m	
8KX		8km Cross Country	
5KX		5km Track Walk	
10KR		10km Road Race Walk	
20KR		20km Road Race Walk	
400H		400m Hurdles	
300H		300m Hurdles	
100H		100m Hurdles	
100H		100m Hurdles	
80H		80m Hurdles	
2000S		2000m Steeplechase	
3000S		3000m Steeplechase	
MAR		Marathon	
HJ		High Jump	
PV		Pole Vault	
TRJ		Triple Jump	
LJ		Long Jump	
DT		Discus Throw	
HT		Hammer Throw	
JT		Javelin Throw	
SP		Shot put	
WT		Weight throw	

PUT AN "X" BY THE EVENT(S) YOU WANT TO ENTER

4. FEES

Subject	Price	Event no.	Amount
WMA fee	15 €		= 15 €
Administration fee	30 €		= 30 €
1st individual Event	25 €		=
Additional events	15 € each event	#	=
Combined events and marathon	35 € each event	#	=
Booklet of results	15 €		=
Official video tape	15 €		=
Athletes' party	35 €		=
Offer for companions	30 €		=
Offer for kids under 14 years	20 €		=
TOTAL			=

5. ENTRY SYSTEM

All entries of athletes affiliated to the WMA are to be sent to the **Masters National Association of their country**. Entries will not be accepted without validation stamp. Entrants not affiliated to the WMA, may be accepted only with the approval of WMA. Entries must be accompanied by a photocopy of the participant's birth certificate or passport as proof of the athlete's date of birth.

6. DEADLINE FOR ENTRIES

23 MAY 2005. Late entries may be accepted but many may not get into Championships' official program. The late fee is extra 50 Euros until June 10 and 100 extra euros until June 30. No entries will be accepted after June 30.

7. PAYMENTS

Payments shall be made to the **National Masters Association of your country** by bank transfer no later than **23-05-2005**. You are asked to send attached the copy of the payment together with the entry form. Information about other paying modes: www.wma2005.com

8. DRUG TESTING

WMA will conduct drug/doping tests under the IAAF Procedural Guidelines for Doping Control ("PGDC"). Competitors must declare medication/s being used when signing a doping control form. Any athlete using a prohibited substance in terms of the PGDC must apply for an exemption to the WMA Doping and Medical Committee. The address for lodgement of this application is as follows: Dr. Kerri Wichmann, Ritarikatu 7, FIN-00170 Helsinki Finland. E-mail: kerri.wichmann@netlife.fi Tel: (358) 9 655 030 Fax (358) 9 621 3379.

If exemption is refused the prohibited substance/s concerned may not be used and should you be selected for testing and test positive this will result in a suspension. (Please note that no medical certificate/s will be accepted in substitution for an exemption certificate).

If you are granted an exemption certificate this must be produced at the Doping Control Centre if you are selected for a drug/doping test.

Details of prohibited substances and all Doping procedures are included in the Guidelines Booklet that is available from the IAAF, your affiliated IAAF Federation, and the IAAF website.

9. DISCLAIMER

I hereby accept my participation in this WMA Championships under the IAAF/WMA rules. Furthermore I relieve the organizers of any liability for any injury, loss or damage to myself or to my property that I may sustain in the course of the XVI WMA World Masters Athletics Championships Stadía.

10. DRUG TESTING CONSENT

I, the undersigned, being a competitor of XVI WMA World athletic Championships in San Sebastián, hereby give my consent to be subject to any drug testing requirements at the said Championships.

DATE

ATHLETE'S SIGNATURE

DATE

STAMP AND SIGNATURE
OF THE NATIONAL
ASSOCIATION
DEADLINE: 23-MAY-2005

WMA 2005 . Pº Anoeta, 18 . 20014 San Sebastián, España
Tel: +34 943 481858
Web: www.wma-2005.com + E-mail: info@wma-2005.com

Tidsskjema San Sebastian. (Foreløpig)

Men / Races												
Events	August							September				
	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3
P 100m												
S 100m												
F 100m												
P 200m												
S 200m												
F 200m												
P 400m												
S 400m												
F 400m												
P 800m												
S 800m												
F 800m												
S 1500m												
F 1500m												
5k			65+	35-64								
10k						75+	55-74		35-54			
Marathon												
P 80-100-110m Hurdles												
S 80-100-110m Hurdles												
F 80-100-110m Hurdles												
S 100-400m Hurdles												
F 100-400m Hurdles												
2000m Steeplechase												
3000m Steeplechase												
5K Walk race			35-64	65+								
20k Road Walk race												
8k Cross Country												
4 x 100m Relays												
4 x 400m Relays												

P	Preliminary
S	Semifinal
F	Final

Men/ Combined events												
Events	August										September	
	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3
Weight Pentathlon										60+		35-59
Decathlon												

Men/ Field events												
Events	August										September	
	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3
High Jump												
Pole Vault												
Long Jump												
Triple Jump												
Shot Put												
Discus Throw												
Hammer Throw												
Javelin Throw												
Weight Throw												

	M35-M49
	M50-M59
	M60-M69
	M70+

Note: This program is not definite

Women / Races												
Events	August										September	
	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3
P 100m												
S 100m												
F 100m												
P 200m												
S 200m												
F 200m												
P 400m												
S 400m												
F 400m												
P 800m												
S 800m												
F 800m												
S 1500m												
F 1500m												
5k												
10k												
Marathon												
P 80-100m Hurdles												
S 80-100m Hurdles												
F 80-100m Hurdles												
S 300-400m Hurdles												
F 300-400m Hurdles												
2000m Steeplechase												
5k Race Walk												
10k Road Race Walk												
8k Cross Country												
4x100m relays												
4x400m relays												

P	Preliminary
S	Semifinal
F	Final

Women / Combined events												
Events	August										September	
	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3
Heptathlon												
Weight Pentathlon												

Women / Field events												
Events	August										September	
	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3
High Jump												
Pole Vault												
Long Jump												
Triple Jump												
Shot put												
Discus Throw												
Hammer Throw												
Javelin Throw												
Weight Throw												

	F35-F54
	F55+

Note: This program is not definite

Påmeldingsblankett VM San Sebastian 2005

Skandinavisk gruppereise til San Sebastian i anledning av VM for Veteraner

Herved anmelder jeg.....personer til

Basisreisen☐

Fra følgende flyplass (hvis mulig):

Jeg/vi ønsker ikke hele reisen, men vil gjerne reise som følger:**Utreise dag:**.....**Hjemreise dag:**.....**Jeg/vi ønsker å bo på hotell:**.....**Jeg/vi ønsker å bo på enkeltrom** ☐**Jeg/vi ønsker å bo på dobbelrom** ☐**sammen med**.....**Jeg/vi ønsker** ☐ **ikke** ☐ **vbestillingsforsikring****NB! Pass på at navnet i påmeldingen er det samme som i passet.**

	<i>Etternavn</i>	<i>fornavn</i>	<i>mann/kvinne</i>
1			
2			
3			
4			

Adresse:.....**Postnummer:**..... **Poststed:**.....**Telefon:**.....**fax:**.....**e-mail:**.....

Påmeldingsblanketten sendes til Special Rejser, Leharsvej 46, 7500 Holstebro, Danmark
Eventuelt pr e-mail: info@specialrejser.dk – eller fax: +45 97 41 37 76

NM Kast-5kamp, Lyngdal I.L. 24. september

Lyngdal IL
FRIIDRETT

Lyngdal 24. september 2005

Lyngdal IL-FRIIDRETT inviterer til NM I kast 5 kamp for veteraner på Lyngdal stadion, lørdag 24. september 2005 kl. 10.30.

Påmelding innen **09.09.05** sendes til:
Lyngdal IL-FRIIDRETT v/Torrey Enoksen,
Vinkelevien 1 b, 4580 Lyngdal
torrey@online.no

Startkontingent kr. 250,- pr startene overføres til konto 3085.30.16922 sammen med påmeldingen.
Ingen etteranmeldelse (jfr. NFIFs lov om påmelding til norske mesterskap).

For overnatting anbefaler vi Rosfjord Strandhotell (38 34 01 00) eller ta kontakt med Lyngdal Turistkontor (38 34 51 43).

Lyngdal ligger 75 km sørvest for Kristiansand og 165 km sørøst for Stavanger langs E 39.

**Velkommen til Lyngdal og Sørlandet,
og NM i kast5kamp 2005**

Veteranutvalget

Knut Henrik Skramstad

Leder, Internasjonale kontakter, medaljer, hjemmeside (internett).

Kloppfossveien 7
3615 Kongsberg

Telefon: 32734290
Mobil: 90542159
E-post: knuths@c2i.net

Grete Rivenes

Reisekoordinator, Drakter med mer.

Frøyasvei 21
2800 Gjøvik

Telefon: 61175186
Mobil: 90156475
E-post: lg.rivenes@c2i.net

Knut Alme

Lagserien, poengberegning, rekorder og statistikk.

Johan Castbergsvei 2
0673 Oslo

Telefon: 22321971
Jobben: 22671160
E-post: kut.alme@friidrett.no

Kjartan Sølvberg

Veteran-Nytt, innhold og distribusjon.

Ø. Gokstadvei 27
3228 Sandefjord
Telefon: 33468115

Inger Austbø

Kasserer, Påmeldinger til internasjonale stevner utenfor Norge.

Falkeløkka 29
3617 Kongsberg

Telefon: 32728296
Mobil: 48093307
E-post: ingerau@online.no

Leif Sommer

DNL's Representant. Kommunikasjons konsulent.

Bredesvei 6 A
1088 Oslo

Telefon: 22213603
Mobil: 91310943
E-post: leifsom@frisurf.no

Kjell Fossen

Representant for distriktene

Telefon: 55 25 77 67
Mobil: 934 25 398
E-post: Kjell.Fossen@psypp.uib.no

Veteranantrekk

Kontakt Grete i Veteranutvalget.

Filnavn: Veteran-nytt1_2005.doc
Katalog: C:\SPORT\Veteranutvalget\Veteran-Nytt
Mal: C:\Documents and Settings\Administrator\Application
Data\Microsoft\Maler\Normal.dot
Tittel: Friidrett
Emne:
Forfatter: Knut Henrik Skramstad
Nøkkelord:
Merknader:
Opprettelsesdato: 01.03.2005 08.38
Versjonsnummer: 2
Sist lagret: 01.03.2005 08.38
Sist lagret av: Knut Henrik Skramstad
Samlet redigeringstid: 4 minutter
Sist skrevet ut: 01.03.2005 08.38
Ved siste fullstendige utskrift
Antall sider: 25
Antall ord: 3 486 (ca.)
Antall tegn: 19 875 (ca.)