



GNEIST STAFETTEN 2018

ONSDAG 25. APRIL





Friidrettsavdelingen i Gneist ønsker velkommen til den 3. utgaven av "Nye Gneist stafetten".

Dette er en publikumsvenlig stafett med samtlige vekslinger inne på Fana Stadion.

49 lag deltok på den 1. utgaven i 2016, 67 fullførte i 2017.

I rekruttklassene er det medaljer til alle mens i øvrige klasser blir det medaljer til deltagerne på hvert av de 3 beste lagene.

Start og mål samt alle vekslinger er inne på Fana Stadion. Der bli tatt etappetider i alle klasser. 3 etapper på bane (1. 3. og 5. etappe / kan løpes med piggsko) samt 2 etapper på asfalt, gress og bane (2. og 4. etappe / joggesko).

Dette gjelder ikke rekrutt som løper alle etapper på bane uten etappetider.

4 etapper rekrutter (totalt 600 meter)

Rekrutter løper alle etappene inne på Fana Stadion.

4 etapper (4×150 meter på Fana Stadion)

Rekrutt miks 10 år og yngre. (Minst en av hvert kjønn)



5 etapper kort (totalt 1845 meter)

(400m – 605m -200m – 440m – 200m)

Jenter 11-14 år, samlet alder max 63 år*

Gutter 11-14 år, samlet alder max 63 år*

Miks 11-14 år, (minimum 2 av hvert kjønn), samlet alder max 63 år*.

Miks 11-17 år, (minimum 2 av hvert kjønn), samlet alder max 70 år*.

** Alder følger fødselsår, 2000 er 18 år.*

1. etappe

400 meter, 1 runde på bane.

2. etappe

605 meter, ut maratonporten, undergang til gressfeltet, en stor runde på gressfeltet, tilbake samme vei og 200 meter på bane. (kart 1)



Kart 1

3. etappe

200 meter på bane.

4. etappe

440 meter, ut "maratonporten", undergang til gressfeltet, en liten runde på gressfeltet, tilbake samme vei og 200 meter på bane.



(kart 2)

5. etappe

200 meter på bane.



5 etapper lang (totalt 4555 meter)

(1000m – 805m – 600m – 1950m -200m)

Kvinner junior (15-22 år), senior, veteran, superveteran

Menn junior (15-22 år), senior, veteran, superveteran, superveteran 2 (over 55 år), superveteran 3 (over 65 år) og mosjon miks.

1.etappe

1000 meter på bane

2.etappe

200 meter på bane, ut “maratonporten” undergang til gressfelt, stor runde på gressfeltet og tilbake samme vei og 200 meter bane



(kart 3)

3.etappe

600 meter på bane

4. etappe

Rett ut maratonporten, til høyre på gressfeltet, følger ytterkantene, ut på Siljustølvegen, langs Flyplassvegen, tilbake på Grimseidvegen forbi Fana Stadion, ned Siljustølvegen, inn på gressfeltet, gjennom undergang og inn maratonporten, 200 meter bane.

(kart 4)



5. etappe

200 meter på bane.



Tidsskjema Gneist stafetten onsdag 25. april 2018:

17:30 Rekrutt miks 10 år og yngre (premieutdeling ved målpassering)

18.00 Jenter 11-14 år

18:15 Gutter 11-14 år

18:30 Miks 11-17 år

18:45 Miks 11-14 år

19:00 Premieutdeling jenter, gutter og begge miks klasser.

19:30 Kvinner junior U23, senior, veteran, superveteran og bedrift åpen,
menn junior U23, senior, veteran, superveteran 45, 55 , 65 og mosjon miks

20:00 Premieutdeling lang løype

Startkontingent

Rekrutter kr 200.-

Jenter, gutter, miks kr 300.-

Junior, senior, veteran og mosjon miks kr 350.-

Påmelding via EQ timing



Etappe rekorder 5 etapper kort (totalt 1845 meter)

	Jenter			Gutter		
1 etappe - 400m	Emma Abotnes	01:04,7	2016	Pål Haugen Lillefosse	00:57,6	2016
2 etappe - 605m	Avril Mikkelsen Frei	01:54,0	2017	Fredrik Gullachsen	01:39,1	2017
3. etappe - 200m	Linnea Rørbakken	00:27,1	2017	Oskar Kvile	00:28,7	2017
4. etappe - 440m	Pernille Michelsen	01:22,5	2016	Philip Holdhus	01:16,3	2017
5. etappe - 200m	Emma Storseter	00:26,3	2017	Noah Bye	00:28,7	2017

Etappe rekorder 5 etapper lang (totalt 4555 meter)

	Kvinner			Menn		
1 etappe - 1000m	Ingvild Myking	03:02,6	2017	Trygve Mjelde Feidje	02:37,4	2017
2 etappe - 805m	Bertine Helene Færø	02:36,6	2017	Anders Bjørndal	02:09,8	2017
3. etappe - 600m	Ingrid Næss Johansen	01:50,0	2016	Kristoffer Blücher	01:23,0	2017
4. etappe - 1950m	Lina Rivedal	06:42,9	2017	Stian Aarvik	05:34,6	2017
5. etappe - 200m	Malin Olsen	00:26,3	2017	Pål Haugen Lillefosse	00:22,3	2017
				Andreas H Bakketun	00:22,3	2017

