



TJALVELEKENE

Bislett Stadion
1. til 3. juni 2018



BACKE

Program



Stevneinformasjon

BISLETT STADION: Inngang til Bislett skal i forbindelse med Tjalvelekene være fra Martinus Lørdahls Plass, inngang 2. Vi oppfordrer til å benytte seg av kollektivtransport til stadion. Vi minner om at det er kildesortering på arenaen.

STARTNUMMER: Utdesles lagvis ved stand i inngangspartiet. Startnumrene skal festes på brystet og må ikke brettes.

MYLDREOMRÅDET: Ligger under hovedtribunen og har inngang fra løpebanen. Her finner du sekretariatet og oppposlister for løp.

AVKRYSNING/OPPROP: For løpsøvelser er det avkryssning på egne tavler i myldreområdet senest 1 time før øvelsesstart og kan gjøres av den aktive selv eller av en ansvarlig lagleder. Man må ikke krysse av for deltakere som ikke har kommet til stadion. Når det gjelder løpsøvelsene ber vi deltakerne om at oppnådd bestetid blir oppgitt på startlistene ved avkryssningen.

For andre øvelser er det opprop på stedet 15 min før øvelsesstart!

PREMIEUTDELING:

Rekrutt: Premie for hver øvelse barna er med på, rett etter øvelsesslutt ved øvelsesstedet.

10-12 år: Premie til alle utøvere.

13 år og eldre: Foregår på indre bane direkte etter øvelsesslutt. De tre beste i hver øvelse (uansett deltakerantallet) skal møte til premieutdelingen hvor det er satt ut merkede stoler fra 1. til 3. plass.

BESTEMANNSPREMIER: Den jenten eller gutten, 13 år eller eldre, med høyest poengsum i kast, hopp eller løp på Tyrvingtabellen, mottar bestemannspremie. Årets premie er to billetter til Bislett Games (en barnebillett og en voksenbillett) på free seating-områdene.

ALLSIDIGHETSPREMIE PÅ TJALVELEKENE OG TYRVINGLEKENE: IL Tyrving og IK Tjalve mener at en allsidig trenings- og konkurransebakgrunn er avgjørende for danne et godt grunnlag for idrettslig utvikling. Vi har derfor gått sammen om å premiere allsidighet. Alle utøvere, uansett alder, som deltar på åtte (8) eller flere øvelser på Tjalvelekene 1.-3. juni og Tyrvinglekene 15.-17. juni, er med i trekningen av tre gavekort på kr 500 hos Oslo Sportslager. Vinnerne trekkes på Tyrvinglekens siste dag. Gavekortene kan brukes på Oslo Sportslagers butikk på Tyrvinglekene eller deres varehus i Torggata.

REKRUTT: For søndagens rekruttøvelser vil det blir opprop 15 minutter før øvelsesstart for både 60m, 60m hekk, lengde og liten ball. Barna får premie for hver øvelse de er med på rett etter den avsluttes.



GARDEROBER: Er området under hovedtribunen. Garderobene vil være åpne ca halvannen time før stevnestart alle stevnedager. Arrangøren er ikke ansvarlig for deltakernes tøy og verdisaker som bør tas vare på av leder og/eller foreldre og bekjente.

OPPVARMING: Må skje i myldreområdet, idet indre bane kun vil være åpen for de aktive under øvelsesavviklingen. Lagledere har bare unntaksvis, for korte og nødvendige oppdrag, adgang til indre bane. Lagleder gjør som regel best jobb for sine aktive fra fast plass på tribunen.

PRIVAT KASTREDSKAP: Må innleveres 1 time før øvelsestart i sekretariatet til kontroll. Kastdommerne vil ta med disse redskapene sammen med arrangørens kastredskaper ut til konkurransestedet.

FORSØK/FINALER I LØP: Vil bli avholdt på 60m og 100m for klasser med flere enn åtte påmeldte, hvor heatvinnerne og de beste tidene går til finale. Tidene er avgjørende på alle løpsdistanser fra 200m og oppover samt i alle hekkeløp.

LENGDE/TRESTEG/ALLE KAST: Vanlige konkurranseregler med 3 forsøk og 3 finaleomganger for de 8 beste etter 3 omganger. Unntatt fra dette er hopp/kast for jenter og gutter 10 – 12 år, som får fire forsøk pr. deltaker og rekrutt som får tre forsøk.

TJALVELEKENE PÅ OSLO BISLETT GAMES







Tjalvelekene har to finaler på Oslo Bislett Games 7. juni! Med dette vil vi bidra til at ungdommen får positive opplevelser på friidrettens festdag.

Jenter U18 100 meter hekk kl. 17.50: De seks løperne med best tid i J16 og J17 blir invitert til finale på Oslo Bislett Games.

Miksstafett 4x200 meter 13-14 år kl. 18.58: Med en smekkfull Bislett Stadion rett før hovedstevnet er det 4x200m på programmet. Klubber som stiller med minst én løper i hver av 60m-klassene G13, G14, J13 og J14 kan søke om å få med lag på 4x200m. Laget skal bestå av én utøver fra hver klasse. De åtte klubbene med best sammenlagttid på 60m invitert. Søknadsskjema finner du i sekretariatet, og leveres der etter 60m er overstått 2. juni.

Utøverne som deltar får gratis inngang på Bislett Games. Hvert stafettlag får med én lagleder.

SOMMERVARME: Det er meldt opp mot 30 grader i helgen. Tjalve vil legge til rette for nedkjøling. Utøvere må sørge for å få i seg mye sportsdrikk eller saft med tilsatt salt (ikke bare vann) og mat/snacks med høyt saltinnhold. Ikke opphold deg for mye i solen, bruk caps, solbrille og solkrem, og kjøøl deg ned med kaldt vann på kroppen.

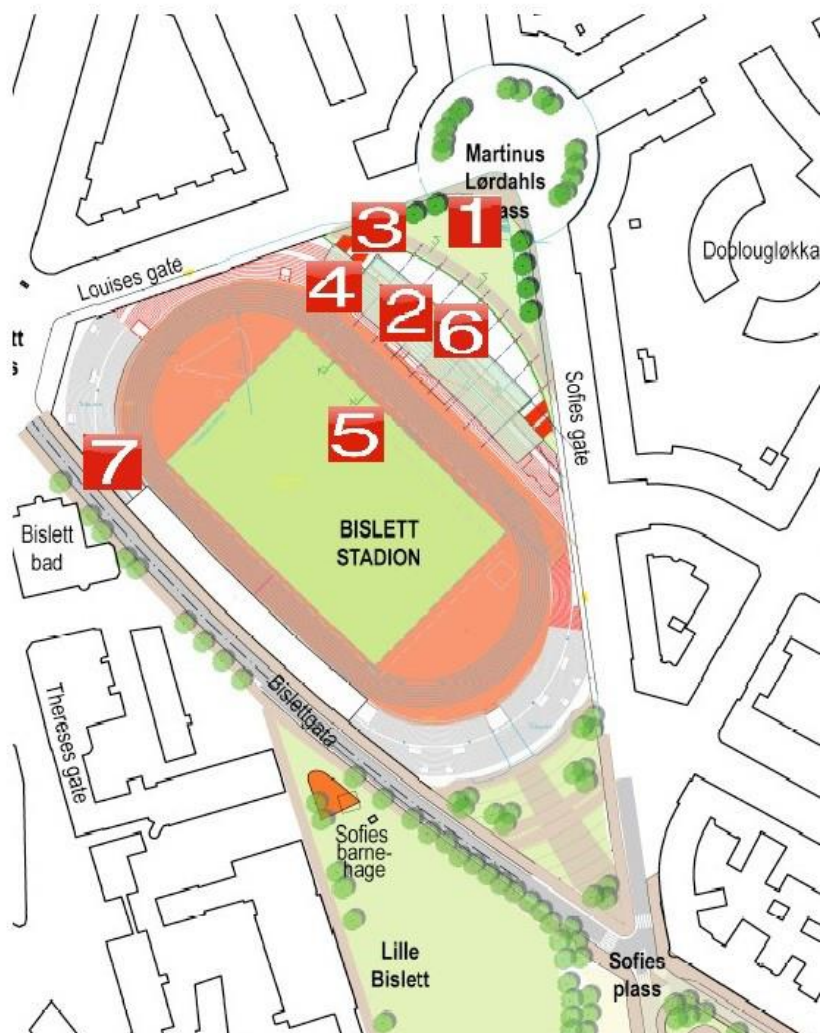
Friday 1 June 12–18	Saturday 2 June 14–20	Sunday 3 June 14–20
		
24°	29°	30°
0 mm	0 mm	0 mm
		

KIOSKEN finner du i Sebastian Coe-salen på hovedtribunen. Her kan du også kjøpe billetter til redusert pris til Oslo Bislett Games 7. juni.

Mineralvann	25kr
YT Sportsdrikk	25kr
YT Restitusjondrikk	25kr
Vann	15kr
Kaffe	10kr
YT Proteinpudding	25kr
Energibar	25kr
Pølse	20kr
Vaffel	20kr
Is	20kr
Frukt	5kr

Arenaguide Bislett Stadion - Tjalvelekene

1. Inngang til stadion
2. Garderober
3. Startnummerutdeling
4. Sekretariat
5. Premeutdeling
6. Kiosk
7. Oppvarmingsarena
(Under tribunen)





Sportsbutikk på Bislett stadion under hele Tjalvelekene!

Joggesko, piggsko, treningsklær og konkurranseklær fra Mizuno selges til 40 % rabatt.

Butikk ved inngang 2 via Martinus Lørdahls plass.

Tjalvelekene 2018 – Bislett Stadion

Fredag 1. juni

LØP				HOPP / KAST			
KL. 18.00		60m HK (76,2)(7,5) tid avgJ	J13	SLEGG/DISKOS/SPYD			
KL. 18.10		60m HK (76,2)(7,5) tid avgJ	J14	KL.1500		Slegge 4kg	G14
KL. 18.15		60m HK (76,2)(7,5) tid avgJ	G13	KL.1500		Slegge 4kg	G15
KL. 18.30		80m HK (76,2)(8) tid avgJ	J15	KL.1500		Slegge 5kg	G16
KL. 18.30		80m HK (76,2)(8) tid avgJ	J16	KL.1500		Slegge 5kg	G17
KL. 18.30		80m HK (84,0)(8) tid avgJ	G14	KL.1500		Slegge 6kg	G18/19
KL. 18.40		100m HK (84,0)(8,5) tid avgJ	KS	KL.1500		Slegge 7,26kg	MS
KL. 18.50		100m, forsøk	MS	KL.16.00		Slegge 3kg	J17
KL. 18.58		100m, forsøk	KS	KL.16.00		Slegge 4kg	J18/19
KL. 19.10		100m, forsøk	G15	KL.16.00		Slegge 4kg	KS
KL. 19.18		100m, forsøk	G16	KL.17.05		Slegge 3kg	J14
KL. 19.22		100m, forsøk	G17	KL.17.05		Slegge 3kg	J15
KL. 19.26		100m, forsøk	G18/19	KL.17.05		Slegge 3kg	J16
KL. 19.30		100m, forsøk	J15	kl.18.15		Diskos 0.75kg	G13
KL. 19.38		100m, forsøk	J16	kl.18.15		Diskos 1.0kg	G14
KL. 19.46		100m, forsøk	J17	kl. 19.35		Diskos 0.6kg	J13
KL. 19.50		100m, forsøk	J18/19	kl. 19.35		Diskos 0.75kg	J14
				KL. 20.40		Spyd 0.5kg	J17
KL. 19.55		100m, finale	MS	KL. 20.40		Spyd 0.6kg	J18/19
KL. 20.00		100m, finale	KS	KL. 20.40		Spyd 0.6kg	KS
KL. 20.05		100m, finale	G15	HØYDE			
KL. 20.10		100m, finale	J15	KL. 1700		Høyde	J15
KL. 20.15		100m, finale	J16	KL. 1700		Høyde	J16
KL. 20.20		100m, finale	J18/19	KL. 1700		Høyde	J17
		Evt andre finaler		KL. 1830		Høyde	J18/19
				KL. 1830		Høyde	KS
KL. 20.45		200m	MS	KULE			
KL. 21.00		200m	KS	KL. 19.45		Kule 4kg	G15
				KL. 19.45		Kule 5kg	G16
				KL. 19.45		Kule 5kg	G17
				KL. 19.45		Kule 6kg	G18/19
				KL. 20.40		Kule 3kg	J15
				KL. 20.40		Kule 3kg	J16
				TRESTEG/LENGDE			
				KL. 17.00		Lengde	J14
				KL. 18.15		Lengde	J13
				KL. 19.45		Lengde	G13
				KL. 19.45		Lengde	G14
				KL. 21.10		Tresteg	G15
				KL. 21.10		Tresteg	G16

Lørdag 2. juni 2018

LØP				Hopp og kast			
Kl.10.30		60m HK (68,0)(6,5) tid avgJ	J11	TRESTEG/LENGDE			
Kl.10.35		60m HK (68,0)(6,5) tid avgJ	G11	Kl.10.00		Tresteg, grop 1	J16
Kl.10.45		60m HK (76,2)(7) tid avgJ	J12	Kl.10.00		Tresteg, grop 1	J15
Kl.10.50		60m HK (76,2)(7) tid avgJ	G12	Kl. 10.00		Lengde grop 2	J10
Kl.11.00		100m HK (76,2)(8,5) tid avgJ	J17	Kl. 10.50		Lengde grop 2	J11
Kl.11.10		100m HK (84,0)(8,5) tid avgJ	J18/19	Kl. 10.55		Lengde grop 1	J12
Kl. 11.15		100m HK (84,0)(8,5) tid avgJ	G15	Kl. 11.35		Lengde grop 1	G15
Kl. 11.25		100m HK (91,4)(8,5) tid avgJ	G16	Kl. 11.35		Lengde grop 1	G16
Kl. 11.35		110m HK (91,4) tid avgJ	G17	Kl. 12.40		Lengde grop 1	J17
Kl. 11.35		110m HK (1,0) tid avgJ	G18/19	Kl. 12.40		Lengde grop 1	J18/19
Kl. 11.35		110m HK (1,067) tid avgJ	MS	Kl. 12.40		Lengde grop 1	KS
				Kl. 14.15		Tresteg, grop 1	G17
Kl.11.45		60m, tid avgJ	G10	Kl. 14.15		Tresteg, grop 1	G18/19
Kl. 11.49		60m, tid avgJ	J10	Kl. 14.15		Tresteg, grop 1	MS
Kl. 11.57		60m, forsøk	G13	HØYDE/STAV			
kl. 12.09		60m, forsøk	G14	KL.10.00		Høyde	J13
Kl. 12.13		60m, forsøk	J13	KL.10.00		Høyde	J14
KL. 12.21		60m, forsøk	J14	KL.11.20		Høyde	G11
				KL.11.20		Høyde	G12
KL. 12.40		200m	G15	Kl. 13.00		Stav	G13
Kl. 12.48		200m	G16	Kl. 13.00		Stav	G14
Kl. 12.52		200m	G17	Kl. 13.00		Stav	G15
Kl. 12.56		200m	G18/19	Kl. 13.00		Stav	G16
Kl. 13.04		200m	J15	Kl. 13.00		Stav	G17
Kl. 13.12		200m	J16	Kl. 13.00		Stav	G18/19
KL. 13.20		200m	J17	Kl. 13.00		Stav	MS
Kl. 13.28		200m	J18/19	KULE/DISKOS			
				Kl.13.00		Kule 3kg	J17
Kl. 13.35		60m, finale	J13	Kl.13.00		Kule 4kg	J18/19
Kl. 13.40		60m, finale	J14	Kl. 13.00		Kule 4kg	KS
Kl. 13.45		60m, finale	G13	Kl. 13.50		Kule 7.26kg	MS
Kl. 13.50		60m, finale	G14	Kl. 14.30		Diskos 1.0kg	J16
				Kl. 14.30		Diskos 0.75kg	J15
KL.14.00		800m, tid avgJ	J15	Kl. 15.15		Diskos 1.5kg	G17
KL.14.00		800m, tid avgJ	J16	Kl. 15.15		Diskos 1.75kg	G18/19
KL.14.00		800m, tid avgJ	J17	Kl. 15.15		Diskos 2.0kg	MS
KL.14.00		800m, tid avgJ	J18/19	SPYD			
				Kl. 10.00		Spyd 0.4kg	G13
Kl.14.10		800m, tid avgJ	G15	Kl. 11.15		Spyd 0.6kg	G14
Kl.14.10		800m, tid avgJ	G16	Kl. 11.15		Spyd 0.6kg	G15
Kl.14.10		800m, tid avgJ	G17	Kl. 12.30		Spyd 0.4kg	J14
Kl.14.10		800m, tid avgJ	G18/19	Kl. 12.30		Spyd 0.4kg	J13
				Kl. 13.40		Spyd 0.7kg	G16
Kl.14.20		400m	MS	LITEN BALL			
Kl.14.30		400m	KS	Kl. 12.30		Liten ball	G10
				Kl. 12.30		Liten ball	G11
				Kl. 12.30		Liten ball	G12
				Kl. 13.30		Liten ball	J11
				Kl. 13.30		Liten ball	J12

Søndag 3. juni 2018

LØP				HOPP / KAST			
Kl.10.00		60m hekk (6-9)	Rekrutt	LENGDE/TRESTEG			
kl. 10.15		60m (6-9)	Rekrutt	Kl.10.00		Lengde grop 2	G10
Kl.10.30		60m forsøk	J11	Kl.10.30		Lengde grop 2	J8/J9
Kl.10.40		60m forsøk	J12	Kl. 11.10		Lengde grop 2	6år/ 7år/ G8/G9
Kl. 10.44		60m forsøk	G11	Kl. 11.50		Lengde grop 2	G11
Kl. 10.52		60m forsøk	G12	Kl. 12.45		Lengde grop 2	G12
				Kl. 12.00		Lengde grop 1	G17
Kl.11.10		800m, tid avgJ	G14	Kl. 12.00		Lengde grop 1	G18/19
Kl.11.15		800m, tid avgJ	J14	Kl. 12.00		Lengde grop 1	MS
				Kl.13.10		Lengde grop 1	J15
Kl.11.25		60m, finale	J11	Kl.14.00		Lengde grop 1	J16
Kl.11.30		60m, finale	J12	Kl.15.10		Tresteg	J17
Kl.11.35		60m, finale	G11	Kl.15.10		Tresteg	J18/19
Kl.11.40		60m, finale	G12	Kl.15.10		Tresteg	KS
				HØYDE/STAV			
Kl.11.50		2000m	G15	Kl.10.00		Høyde	G13
Kl.12.05		2000m	J15	Kl.10.00		Høyde	G14
				Kl. 10.50		Høyde	J11
Kl.12.20		600m, tid avgjørende	G10	Kl. 10.50		Høyde	J12
Kl.12.27		600m, tid avgjørende	J10	Kl. 12.20		Høyde	G15
Kl.12.35		600m, tid avgjørende	J11	Kl. 12.20		Høyde	G16
Kl.12.42		600m, tid avgjørende	J12	Kl. 12.20		Høyde	G17
Kl.12.50		600m, tid avgjørende	J13	Kl. 12.20		Høyde	G18/19
Kl.13.02		600m, tid avgjørende	G11	Kl. 12.20		Høyde	MS
Kl.13.10		600m, tid avgjørende	G13	Kl. 13.00		Stav	J13
Kl.13.17		600m, tid avgjørende	G12	Kl. 13.00		Stav	J14
				Kl. 13.00		Stav	J15
Kl.13.30		400m, tid avgjørende	J17	Kl. 13.00		Stav	J16
Kl.13.40		400m, tid avgjørende	J18/19	Kl. 13.00		Stav	J17
Kl.13.45		400m, tid avgjørende	G17	Kl. 13.00		Stav	J18/19
Kl.13.45		400m, tid avgjørende	G18/19	Kl. 13.00		Stav	KS
				LITEN BALL/DISKOS/SPYD			
Kl.14.00		3000m	J16	Kl.10.00		Liten ball (150 gr)	J10
Kl.14.00		3000m	J17	Kl.10.30		Liten ball (150 gr)	6år/ 7år/ G8/G9
Kl.14.00		3000m	J18/19	Kl.11.10		Liten ball (150 gr)	J8/J9
Kl.14.00		3000m	KS	Kl. 12.00		Diskos 1.0kg	G15
Kl.14.15		3000m	G16	Kl. 12.00		Diskos 1.5kg	G16
Kl.14.15		3000m	G17	Kl. 12.50		Diskos 1.0kg	J17
Kl.14.15		3000m	G18/19	Kl. 12.50		Diskos 1.0kg	J18/19
Kl.14.15		3000m	MS	Kl. 12.50		Diskos 1.0kg	KS
				Kl.14.00		Spyd 0.7kg	G17
Kl.14.35		400m HK (76,2)	KS	Kl.14.00		Spyd 0.8kg	G18/19
Kl.14.40		300m HK (76,2)	J15	Kl.14.00		Spyd 0.8kg	MS
Kl.14.40		300m HK (76,2)	J16	Kl.14.55		Spyd 0.5kg	J15
Kl.14.40		300m HK (76,2)	J17	Kl.14.55		Spyd 0.5kg	J16
Kl.14.40		300m HK (76,2)	J18/19	KULE			
Kl.14.50		300m HK (76,2)	G15	Kl.13.45		Kule 3.0kg	G13
Kl.14.50		300m HK (84,0)	G16	Kl.13.45		Kule 4.0kg	G14
Kl.14.50		300m HK (84,0)	G17	Kl. 15.10		Kule 2.0kg	J13
Kl.14.50		300m HK (91,4)	G18/19	Kl. 15.10		Kule 3.0kg	J14
Kl.15.00		400m HK (91,4)(84,0)	MS/G17				

Opprop for løp senest 1 time før start i myldreområdet. For tekniske øvelser er opprop på øvelsessted 15 min før start. Rekrutt møter opp 15 min før start på løp og teknisk. I løpsfinaler er det framme ved startstedet ca 10 min. før start. Lengde og kast: Jenter og gutter 10 – 12 år får fire forsøk – ingen finaleomganger.