

# Bamselekene 21. og 22. mars 2026



Fik Orion, Moelven IL og Løten friidrett inviterer til Bamselekene i Stangehallen  
lørdag 21.mars og søndag 22.mars begge dager kl. 10.00.

Klasser	Øvelser lørdag	Øvelser søndag
Jenter 8, 9	60 m, 600 m, lengde, kule	
Jenter 10, 11	600 m, kule	60 m, lengde
Jenter 12	600 m, kule	60 m, 200 m, lengde
Jenter 13	60 m, 600 m, høyde, kule	200 m, lengde
Jenter 14, 15	60 m, 600 m, høyde	200 m, lengde, kule
Jenter 16, senior	60 m, 600 m, kule	200 m, høyde, lengde
Jenter 17 år og 18/19 år*	kule	
Gutter 8, 9	60 m, 600 m, lengde, kule	
Gutter 10, 11	600 m, lengde	60 m, kule
Gutter 12	600 m, lengde, kule	60 m, 200 m
Gutter 13, 14, 15, 16, senior	60 m, 600 m, lengde	200 m, høyde, kule
Gutter 17 år og 18/19 år*		kule
Para		60 m og 200m
<b>Stafett</b>	<b>Lørdag</b>	
J 10-12, G 10-12	4x100	
MIX 10-12	4x100	
J 13-14, G13-14, J15-16, G 15-16, MS, KS	4x200	
MIX 13-14, 15-16, senior	4x200	

Utøvere kan konkurrere i andre klasser i stafettene enn i enkeltøvelsene, men ingen kan løpe på mer enn ett stafettlag. \*Utøvere i klassene 17 og 18/19 kan delta i seniorklassen i øvrige øvelser.

På 60 m for 13 år og eldre løpes forsøk + finaler. (De 8 beste tidene til finale) På 60 m for 10-12 år og para samt i alle løpsøvelser f.o.m. 200 meter er tid avgjørende. Lørdag avvikles 60 m forsøk og finaler før de øvrige løpsøvelser. Seniorklassene får to løp på 60 meter selv om deltakelsen er færre enn 8. I tekniske øvelser er det 3 forsøk for 8-12 år, mens det er ordinære konkurranseregler for 13 år og eldre. (3 innledende runder og de 8 beste til 3 finaleomganger). Dersom stor deltakelse i lengde og kule i 13 og 14 år, kan antall forsøk bli redusert til 3 for alle

**Startkontingent:** Kr. 160,- pr. enkeltøvelse og kr 350 pr. stafettlag. Påmeldingsfrist 11. mars 2026. Etteranmelding med dobbel startkontingent om plass i øvelsen. Klubbene faktureres i etterkant av lekene via iSonen.

**Påmelding:** iSonen (både individuelle øvelser og stafett)

**Tidsskjema** Tentativ start lørdag og søndag ca. kl 10.00. Tidsskjema blir publisert på [www.fikorion](http://www.fikorion) så snart det er klart.

**Informasjon:** Heidi Fjellet Kristiansen 480 59 287. [heid-kr@online.no](mailto:heid-kr@online.no)

**Premiering:** Alle premier er bamser i ulike størrelser. Bamse til samtlige deltakere i alle øvelser. For 13 år og eldre utdeles ekstrapremie til alle som setter stevnerrekord. (gjelder ikke for stafetter)

For 8 -11 år er det ekstrapremie til alle som deltar i alle de 4 individuelle øvelsene i sine klasser (60m-600m, lengde og kule) 12 år til alle som deltar i 5 individuelle øvelser i sin klasse (60m, 200, 600m,kule,lengde). Lagpremie (bamse) til de tre beste lagene.

**Poengberegning:**

1 poeng pr. utøver og øvelse. 3 ekstrapoeng for 1. plass, 2 ekstrapoeng for 2. plass og 1 ekstrapoeng for 3. plass. I stafettene er det 4 poeng pr. stafettlag og 6 ekstrapoeng for 1. plass, 4 for 2. plass og 2 for 3. plass. Ved poenglikhet er den klubb med flest 1. plasser vinner, ved fortsatt poenglikhet flest 2. plasser osv. I MIX-klassen gis det **ikke** lagpoeng.