

## Vandrepokalene 2022

### Santibanez' allsidighetspokal for jenter:

**Statutter:**

- 1 sprintløp (60m-400m)
- 1 langt løp (600m-10000m)
- 1 hekkeløp (60mhk-400mhk)
- 1 vertikalt hopp (Høyde/Stav)
- 1 horisontalt hopp (Lengde/Tresteg)
- 2 kastøvelser (Spyd/Kule/Slegge/Diskos)

Må ha minst 600 poeng i hver øvelse

#### Jenter 13-19 år:

<u>Navn:</u>	<u>Klasse:</u>	<u>Sted:</u>	<u>Dato:</u>	<u>Øvelse:</u>	<u>Resultat:</u>
Maja Gundersen Palmgren	J13	Asker	25.09.2022	Kule 2	10,05
Maja Gundersen Palmgren	J13	Kjølnes	11.09.2022	Spyd 400	25,79
Maja Gundersen Palmgren	J13	Nadderud	12.06.2022	Tresteg	8,52
Maja Gundersen Palmgren	J13	Kjølnes	10.09.2022	Høyde	1,40
Maja Gundersen Palmgren	J13	Rjukan	24.08.2022	80 m	12,46
Maja Gundersen Palmgren	J13	Notodden	11.05.2022	200 mhk/68	35,93
Maja Gundersen Palmgren	J13	Rjukan	04.09.2022	1500 m	5,50,04

### Allsidighetspokal for gutter:

**Statutter:**

- 1 sprintløp (60m-400m)
- 1 langt løp (600m-10000m)
- 1 hekkeløp (60mhk-400mhk)
- 1 vertikalt hopp (Høyde/Stav)
- 1 horisontalt hopp (Lengde/Tresteg)
- 2 kastøvelser (Spyd/Slegge/Kule/Diskos)

Må ha minst 600 poeng i hver øvelse

#### Gutter 13-19 år:

<u>Navn:</u>	<u>Klasse:</u>	<u>Sted:</u>	<u>Dato:</u>	<u>Øvelse:</u>	<u>Resultat:</u>
Odin Gundersen Palmgren	G16	Arendal	20.08.2022	Kule 5	12,23
Odin Gundersen Palmgren	G16	Trondheim	12.08.2022	Spyd 700	49,20
Odin Gundersen Palmgren	G16	Kjølnes	28.05.2022	Lengde	6,06
Odin Gundersen Palmgren	G16	Rjukan	24.08.2022	Høyde	1,70
Odin Gundersen Palmgren	G16	Arendal	20.08.2022	800 m	2,21,73
Odin Gundersen Palmgren	G16	Kjølnes	28.08.2022	100 mhk/91,4	15,63
Odin Gundersen Palmgren	G16	Arendal	20.08.2022	100 m	12,50

### 6-kamp pokalen:

**Statutter:**

- 1 løp
- 1 kast

1 hopp  
3 valgfrie øvelser  
Høyest poengsum

#### **Jenter 11-19 år:**

<b><u>Navn:</u></b>	<b><u>Klasse:</u></b>	<b><u>Sted:</u></b>	<b><u>Dato:</u></b>	<b><u>Øvelse:</u></b>	<b><u>Resultat:</u></b>
Maja Gundersen Palmgren	J13	Asker	25.sep	Kule 2	10,05
Maja Gundersen Palmgren	J13	Kjølnes	10.sep	Høyde	1,40
Maja Gundersen Palmgren	J13	Kjølnes	11.sep	Stav	2,23
Maja Gundersen Palmgren	J13	Nadderud	12.jun	Tresteg	8,52
Maja Gundersen Palmgren	J13	Notodden	11.mai	200 mhk/68	35,93
Maja Gundersen Palmgren	J13	Rjukan	24.aug	Lengde	4,16

#### **Gutter 11-19 år:**

<b><u>Navn:</u></b>	<b><u>Klasse:</u></b>	<b><u>Sted:</u></b>	<b><u>Dato:</u></b>	<b><u>Øvelse:</u></b>	<b><u>Resultat:</u></b>
Odin Gundersen Palmgren	G16	Trondheim	12.aug	Spyd	49,20
Odin Gundersen Palmgren	G16	Kjølnes	28.mai	Lengde	6,06
Odin Gundersen Palmgren	G16	Kjølnes	28.aug	100 mhk/91,4	15,63
Odin Gundersen Palmgren	G16	Arendal	20.aug	100 m	12,50
Odin Gundersen Palmgren	G16	Rjukan	24.aug	Høyde	1,70
Odin Gundersen Palmgren	G16	Bærum	12.feb	Lengde u/tilløp	2,72

#### **Kastpokalen:**

##### **Statutter:**

For jenter og gutter i alderen 11-14 år  
Høyeste poengsum oppnådd i  
kastøvelsene: kule, diskos, spyd og slegge

#### **Jenter 11-14 år:**

<b><u>Navn:</u></b>	<b><u>Klasse:</u></b>	<b><u>Sted:</u></b>	<b><u>Dato:</u></b>	<b><u>Øvelse:</u></b>	<b><u>Resultat:</u></b>
Maja Gundersen Palmgren	J13	Asker	25.sep	Kule 2	10,05
Maja Gundersen Palmgren	J13	Asker	25.sep	Slegge 2	22,52
Maja Gundersen Palmgren	J13	Asker	25.sep	Diskos 600	21,52
Maja Gundersen Palmgren	J13	Kjølnes	11.sep	Spyd 400	25,79

#### **Gutter 11-14 år:**

<b><u>Navn:</u></b>	<b><u>Klasse:</u></b>	<b><u>Sted:</u></b>	<b><u>Dato:</u></b>	<b><u>Øvelse:</u></b>	<b><u>Resultat:</u></b>
Philip Habla-Foss	G12	Eidanger	30.mar	Kule 3	8,21
Philip Habla-Foss	G12	Tyskland	15.jul	Slegge 3	25,96
Philip Habla-Foss	G12	Kjølnes	10.sep	Diskos 750	21,11

#### **Hopp-pokalen:**

##### **Statutter:**

For jenter og gutter i alderen 11-19 år  
Høyeste poengsum oppnådd i  
hoppøvelsene: lengde, høyde, tresteg og stav

<b><u>Navn:</u></b>	<b><u>Klasse:</u></b>	<b><u>Sted:</u></b>	<b><u>Dato:</u></b>	<b><u>Øvelse:</u></b>	<b><u>Resultat:</u></b>
---------------------	-----------------------	---------------------	---------------------	-----------------------	-------------------------

Maja Gundersen Palmgren	J13	Rjukan	24.08.2022	Lengde	4,16
Maja Gundersen Palmgren	J13	Kjølnes	11.09.2022	Stav	2,23
Maja Gundersen Palmgren	J13	Kjølnes	10.09.2022	Høyde	1,40
Maja Gundersen Palmgren	J13	Nadderud	12.06.2022	Tresteg	8,52

<u>Vind:</u>	<u>Poeng:</u>
	931
	669
1,3	832
	910
0,9	661
-1,6	823
	729
	<b><u>5555 p.</u></b>

<u>Vind:</u>	<u>Poeng:</u>
	857
	884
1,6	932
	874
	608
0	875
-0,3	864
	<b><u>5894 p.</u></b>

<u>Vind:</u>	<u>Poeng:</u>
	931
	910
	892
1,3	832
-1,6	823
0	823
	<b><u>5211 p.</u></b>

<u>Vind:</u>	<u>Poeng:</u>
	884
1,6	932
0	875
-0,3	864
	874
	870
	<b><u>5299 p.</u></b>

<u>Poeng:</u>
931
416
239
669
<b><u>2255 p.</u></b>

<u>Poeng:</u>
764
706
615
<b><u>2085 p.</u></b>

**Poeng:**

0	823
	892
	910
1,3	832
	<b><u>3457 p.</u></b>