



Öppet IDM



för ungdom, senior och veteran

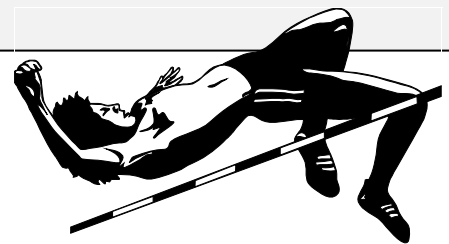
LÖRDAG, 12 JANUARI 2019

ARENA: HÖGHAMMARHALLEN - BOLLNÄS

GRENPROGRAM

Lördag, start kl.11:00

F15/P15	60m, 200m, 1000m, 60m/h, höjd, stav, längd, tresteg, kula, vikt
F17/P17	60m, 400m, 1500m, 60m/h, höjd, stav, längd, tresteg, kula, vikt
K/M	60m, 200m, 400m, 3000m, 60m/h, höjd, stav, längd, tresteg, kula, vikt
KV/MV	60m, 200m, 400m, 3000m, stav, kula, vikt



Banor: **Sprint:** Mondo Ramflex **Rundbana:** Mondo Sportflex
Max spiklängd 6mm, gäller i hela hallen.

Priser: De tre främsta hälsingarna/gästrikarna i varje klass/gren erhåller DM-medaljer.

Anmälan: Anmälan insändes till E-post: bollnasfik@telia.com
Oss tillhanda **senast** 5 januari 2019.

Avgift: 70:-/gren för alla klasser. Ingen inbetalning i förskott. Faktura och resultatlista sändes i efterhand till deltagande föreningar. Efteranmälan = dubbel avgift.
På tävlingsdagarna **endast** i tävl.sekrataratet senast **1 timme** före grenstart.

Övrigt: PM med tidsprogram på BFIK:s hemsida, några dgr före.

Upplysningar: Janne Cedergren 0278-21002
070-6686384

