



**Välkommen till
Baldershovs IP i Sundsvall
Den 18 juni 2017**

**I år arrangeras Mitt Norden Cup under en dag (söndag)
Nytt för i år är Svensk stafett och två kastplaner**

KS	100m	100mh	200m	800m	3000m	Höjd	Stav	Tresteg	Längd	Kula	Spjut	Diskus	Slägga	Stafett
MS	100m	110mh	200m	800m	3000m	Höjd	Stav	Tresteg	Längd	Kula	Spjut	Diskus	Slägga	Stafett
P19		110mh								Kula		Diskus	Slägga	
F17	100m	100mh	200m	800m	3000m	Höjd	Stav	Tresteg	Längd	Kula	Spjut	Diskus	Slägga	Stafett
P17	100m	110mh	200m	800m	3000m	Höjd	Stav	Tresteg	Längd	Kula	Spjut	Diskus	Slägga	Stafett
F15	80m	80mh	200m	800m		Höjd	Stav	Tresteg	Längd	Kula	Spjut	Diskus	Slägga	Stafett
P15	80m	80mh	200m	800m		Höjd	Stav	Tresteg	Längd	Kula	Spjut	Diskus	Slägga	Stafett
F13	60m	60mh	200m	800m		Höjd	Stav		Längd	Kula	Spjut	Diskus	Slägga	Stafett
P13	60m	60mh	200m	800m		Höjd	Stav		Längd	Kula	Spjut	Diskus	Slägga	Stafett
F11	<u>60m</u>		200m	800m		Höjd			<u>Längd</u>	<u>Kula</u>				Stafett
P11	<u>60m</u>		200m	800m		Höjd			<u>Längd</u>	<u>Kula</u>				Stafett
F9	<u>60m</u>			800m					<u>Längd</u>	<u>Kula</u>				Stafett
P9	<u>60m</u>			800m					<u>Längd</u>	<u>Kula</u>	-	-	-	Stafett

Grenar som ingår i trekamp F/P9, F/P11 är understrukna
F/P19 tävlar i KS/MS med undantag i bl.a. kast där P19 har andra vikter

Svensk stafett

Svensk stafett fyra sträckor: 100m-200m-300m-400m. Ingen begränsning i sammansättning av lagen inom respektive åldersklass: flickor, pojkar eller valfri mix. De som inte får ihop egna lag kan delta i mixade lag med löpare från olika föreningar.

Anmälan

Anmälan skickas till e-post anmalan@sundsvallsfif.se senast 9 juni. Ange alltid födelseår och klass.

Avgift

Anmälningsavgift 70kr/gren. Avgifter faktureras i efterhand. Efteranmälan görs senast en timme före grenstart och i mån av plats mot dubbel avgift. Stafett 30kr/deltagare, även vid efteranmälan.

PM och tidsprogram

PM och tidsprogram kommer att finnas på Sundsvalls Friidrotts webbsida några dagar innan tävlingsdag.

Frågor och upplysningar

Skickas till e-post anmalan@sundsvallsfif.se och besvaras så snart som möjligt.

