



**Den 11-12 februari 2012 har IFK Umeå nöjet att
inbjuda till INLM i friidrott inomhus (15 år och äldre) samt
till NORRLAND 13-14 år.**

TÄVLINGSPLATS :

Dragonhallen (Noliahallen), Signalvägen, Umeå den 11-12 februari 2012.

FÖRSTA START :

Lördag 10.00 , Söndag 10.00

GRENPROGRAM NORRLAND 13-14 år:

P/F13 och P/F14. OBS! maximalt 5 aktiva per distrikt i varje gren!
Deltagare i NORRLAND 13-14 år äger rätt att starta i 6 grenar dock ej mer än 3 per dag.

Lördag: Starttid 10.00

P/F13: 60m, 800m, längd, höjd, kula

P/F14: 60m, 1000, längd, höjd, kula

Söndag: Starttid 10.00

P/F13: 200, 60m h, stav

P/F14: 200, 60m h, stav

P/F13 + P/F14 8 x 200m stafett (d.v.s. 2 st. från vardera åldersgrupp)



GRENPROGRAM NORRLANDSMÄSTERSKAPEN :

Lördag: Starttid 10.00

P/F15: 60m, 1000, höjd kula

P/F17: 60m, 1500, längd, höjd, kula

M/K: 60m, 800, längd, höjd, kula

Söndag: Starttid 10.00

P/F15: 200, 60m h, längd, stav

P/F17: 400, 60m h, tresteg, stav

M/K: 400, 3000m, 60m h, tresteg, stav



AVGIFTER, BOENDE o MAT för tävlande i NORRLAND 13-14 år

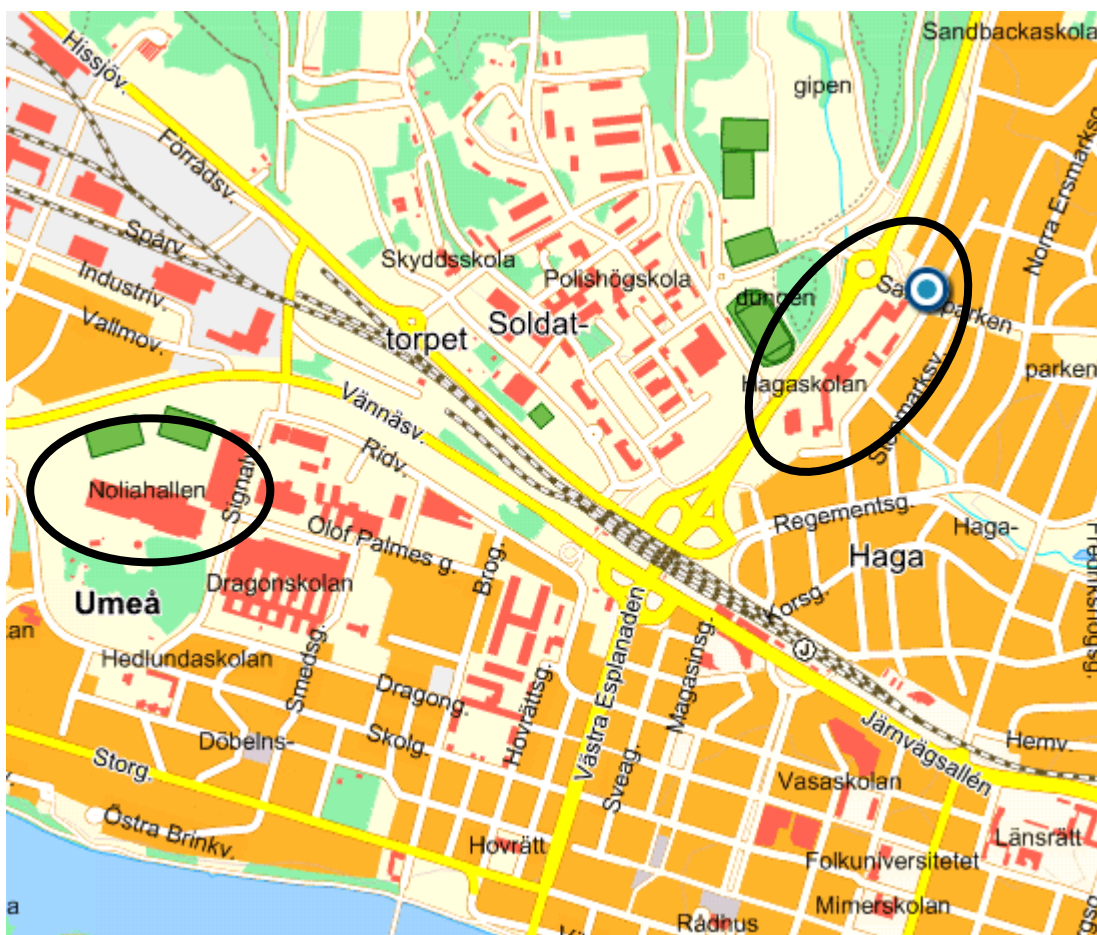
För deltagande i NORRLAND 13-14 ÅR gäller att respektive distrikt utser sina deltagare.

Deltagaravgiften för NORRLAND 13-14 år är fastställd till **500 kr** per deltagare inkl. startavgifter.

För NORRLAND 13-14 år-deltagarna ingår boende på hårt underlag, kvällsfika fredag, frukost lö o sö, lunchpaket lö o sö, middag lördag kväll samt startavgifter.

Boende och all matförtäring sker på Hagaskolan (1,5 km från tävlingsplatsen, se karta i inbjudan). Avgiften för ledare är densamma, **500 kr**.

Specialkost måste anmälas samtidigt som övrig anmälan Observera att deltagare i NORRLAND 13-14 ÅR äger rätt att starta i 6 grenar dock ej mer än 3 per dag.





BOENDEALTERNATIV och MAT för tävlande i INLM (Norrlandsmästerskapen)

Tävlande i Norrlandsmästerskapen kan om de så önskar bo på Hagaskolan till samma pris som för 13-14 åringarna. Här ingår dock inte startavgifter.

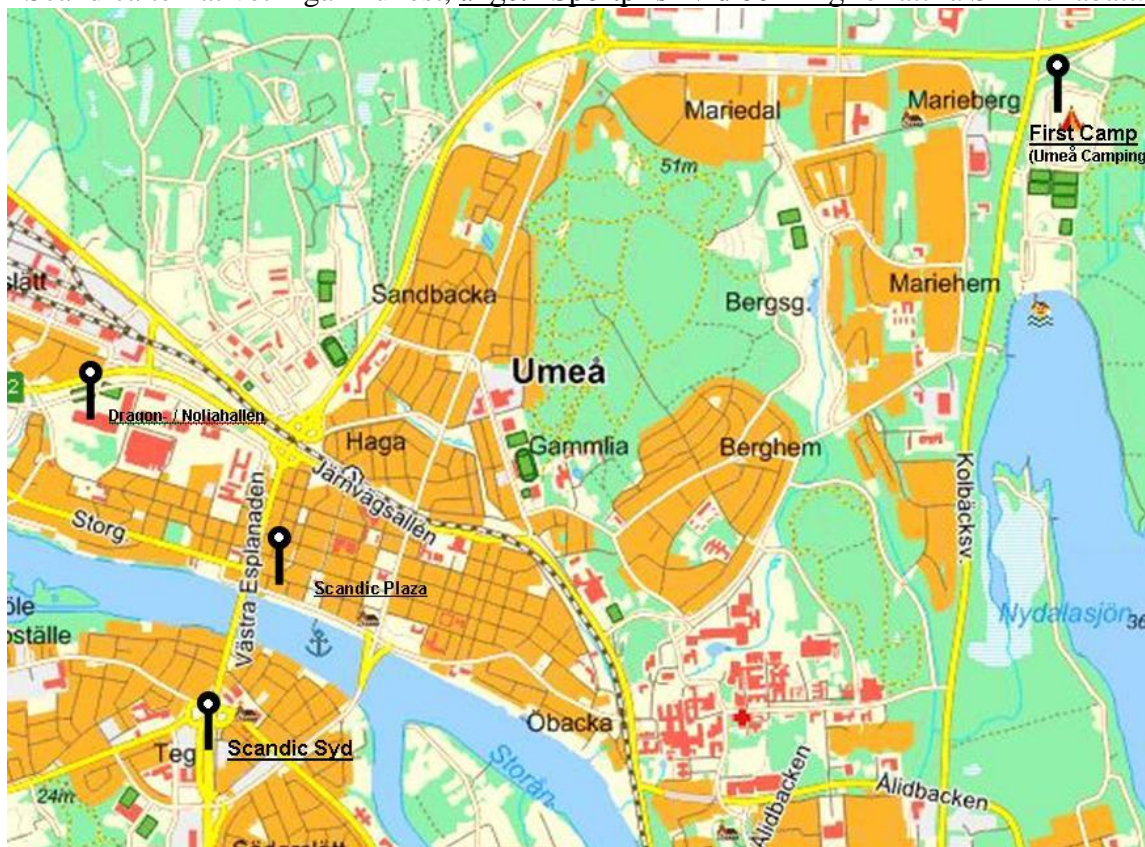
I övrigt kan vi rekommendera följande boendialternativ:

Umeå Camping / First Camp 090-70 26 00, här finns 6-bäddsstugor från 790 kr/natt, 4-bäddsstugor från 690 kr / natt. Campingen ligger vid Nydala ca. 7 km från friidrottshallen, se även: www.firstcamp.se .

Ytterligare ett boendialternativ är Scandic Hotell:

Scandic Syd 090 – 205 60 00 , ligger på Teg ca. 5 km från hallen
Scandic Hotell Plaza 090 – 205 63 00, centralt beläget ”mitt i stan”, 2 km från hallen.

I Scandicalternativet ingår frukost, ange: ”Sportpris” vid bokning för att få SFIF:s rabatt..





STARTAVGIFTER NLM

Seniorer: 90 kr per gren

15 / 17 år: 70 kr för gren

EFTERANMÄLAN (i mån av plats)

Seniorer: 180 kr per gren

15 / 17 år: 140 kr per gren

IFK Umeå fakturerar ev. efteranmälningar

FÖRSÄLJNING

Kioskförsäljning i form av smörgåsar, kaffe, läsk samt varmkorv i friidrottshallen.

MEDALJER och PRISER

Medaljer till de tre första i INLM och NORRLAND 13-14 år

PM / TIDSPROGRAM

PM och tidsprogram publiceras på www.ifkumea.com/friidrott. PM:et kommer att finnas tillgängligt fr.o.m. vecka 5.

Tidsprogrammet publiceras i början av vecka 6.

Såväl PM som tidsprogram mailas även ut till deltagande distrikt.



ANMÄLAN

Skall ske **senast måndagen den 30:e januari, kl. 16.00**, via mail till hans.nilsson65@gmail.com

OBS! Anmälningavgifter faktureras av IFK Umeå

Anmälan ska innehålla årsbästa, aktuell gren/ar. Den aktive medger i och med anmälan publicering av namn, resultat och eventuella tävlingsbilder på Internet.

Anmäl om ni ska bo på Hagaskolan och hur många personer som ska övernatta.

Anmäl även om ni önskar specialkost.

FRÅGOR / INFORMATION

IFK Umeås kansli: 090 – 77 37 08 (dagtid) kansliet@ifkumea.com
Hans Nilsson 0730 – 93 41 34 hans.nilsson65@gmail.com

Besök även IFK Umeås hemsida: www.ifkumea.com/friidrott

VÄLKOMNA till UMEÅ – BJÖRKARNAS STAD!

Vi reserverar oss för eventuella justeringar, utifrån ändrade sakförhållanden!