

KFUM Örebro Friidrott inbjuder till



En friidrottsfest för alla från 8 år och uppåt

Lördagen 29/8 – söndagen 30/8 2009

GIH Idrottsplats Universitetet Örebro

GRENPROGRAM

	lördag	söndag
P8	400m, längd, kula	60m, höjd, boll, 66-stafett
P9	400m, längd, kula	60m, höjd, boll, 66-stafett
P10	400m, längd, kula	60m, höjd, boll, 66-stafett
P11	400m, längd, kula	60m, höjd, boll, 66-stafett
P12	60mH, längd, boll, höjd, 600m	80m, 66-stafett
P13	60mH, längd, boll, höjd, 600m	80m, 66-stafett
P15	100mH, 2000m, längd, stav	100m, 300mH, 800m, tresteg, höjd, spjut
P17	110mH, 1500m, längd, stav	100m, 300mH, 800m, tresteg, höjd, spjut
M	110mH, 400m, 3000m, längd, stav	100m, 400mH, 800m, tresteg, höjd, spjut
F8	400m, höjd, boll	60m, längd, kula, 66-stafett
F9	400m, höjd, boll	60m, längd, kula, 66-stafett
F10	400m, höjd, boll	60m, längd, kula, 66-stafett
F11	400m, höjd, boll	60m, längd, kula, 66-stafett
F12	60mH, höjd, boll, längd, 600m	80m, 66-stafett
F13	60mH, höjd, boll, längd, 600m	80m, 66-stafett
F15	80mH, 2000m, längd, stav	100m, 300mH, 800m, tresteg, höjd, spjut
F17	100mH, 1500m, längd, stav	100m, 300mH, 800m, tresteg, höjd, spjut
K	100mH, 400m, 3000m, längd, stav	100m, 400mH, 800m, tresteg, höjd, spjut

MÅNGKAMP för flickor och pojkar 8-13 år

PF8-11: Delta i fem eller sex grenar (förutom stafetten). De fem bästa resultaten räknas.

PF12-13: Femkamp enligt Svenska Friidrottsförbundets regler. 80m och stafetten ingår inte i mångkampen.

STAFETT för flickor och pojkar 8 – 13 år.

Är ni minst 6 deltagare är ni också välkomna att delta i stafetten. Från en klubb kan gärna flera stafettlag anmälas. **66-stafetten** är en stafett, 6x60m. Pojkar och flickor blandat, men den sammanlagda åldern får ej överskrida 66 år. Tex kan ett stafettlag bestå av 2 st 8:åringar, 2 st 11:åringar och 2 st 13:åringar (= 64 år) eller 1 st 8:åring, 1 st 9:åring, 3 st 12:åringar och 1 st 13 åring (=66 år).

PF15, 17, M, K

Tävlar endast individuellt i var gren för sig och deltar ej i mångkampen eller lagtävlingen.

PRISER

Medalj till 1:an – 3:an i alla grenar. Pris till alla som deltar i mångkampen.

Pokal 1:an – 3:an i stafetten och pris till all deltagarna i stafettlagen som deltar.

ANMÄLAN, STARTAVGIFTER

Anmälan görs via mail till anmalan@kfumorebrofriidrott.se senast tis 25/8. Startavgiften är 50 kr/gren. Vill ni delta i stafetten tillkommer 50kr/lag. Startavgiften sätts in på bankgiro: 5626-1647

TIDSPROGRAM, PM OCH UPPLYSNINGAR

Tidsprogram och PM kommer att finnas på hemsidan från 27/8: www.kfumorebrofriidrott.se

Upplysningar om rabatter på boende och andra kul aktiviteter i Örebro kan fås via KFUM Örebro Friidrotts hemsida. Eller så är ni välkomna att ringa vårt Kansli tel: 019-10 26 36.

Välkomna till en trevlig helg i Örebro för hela familjen!