



Nyheter

F/P11 höjd och 600m, F10/P10 600m

Grenar

Klass	Född	60 m	längd	kula	höjd	medel- distans	stafett 4x200 m	Ingångs- höjd
F9/P9	-02	x	x	x				P11: 1,05 F11: 1,00
F10/P10	-01	x	x	x		600	x	
F11/P11	-00	x	x	x	x	600	x	
F12/P12	-99	x	x	x	x	800		
F13/P13	-98	x	x	x	x	800	x	
F14/P14	-97	x	x	x	x			
F15/P15	-96	x	x	x	x	800	x	
F17/P17	94-95					1000		

Anmälan

Anmälan görs per email till: fruidrott@gmail.com

Ange namn, födelseår, klass, gren och klubb samt kontaktperson.

I löpgrenarna anges även årsbästa.

Sista anmälningsdagen är **onsdagen den 23 november**.

OBS! Endast en anmälare/kontaktperson per klubb.

Efteranmälan

Sista dagen för efteranmälan är **onsdagen 30 november kl 18:00**

Startavgift

Ordinarie: **50:-** per deltagare och gren, **100:-** per stafettlag.

Efteranmäling: **100:-** per deltagare och gren, **150:-** per stafettlag.

Faktureras klubben i efterhand. Utländska klubbar betalar startavgift på plats.

Tidsprogram

Finns tillsammans med PM på hemsidorna så snart som möjligt efter anmälnings-
tidens utgång.

Upplysningar

Heleneholms IF kansli, kl 8-16 040-19 42 20

IK Finish kansli 040-42 14 02

Hemsidor

www.ikfinish.se

www.heleneholmsif.se

Välkommen till SISTA CHANSEN!