

IFK UMEÅ inbjuder till : NOLIA CUP I FRIIDROTT

Plats: Campus Arena tisdag 14 juni kl 18.00-20.00

Grenar: 100 m, 400 m, 800m, 5000m, längd, tresteg, kula

OBS! 400 m, 5000 m, längd och tresteg är VDM-grenar

Klasser: Tävlingen är öppen för alla åldrar

Anmälan: Anmälan görs via mail till hans.nilsson65@gmail.com
senast den 12/6.

Anmälningsavgiften på 40:- / deltagare (oavsett antal grenar)
faktureras resp. klubb i efterhand..

Efteranmälan på plats går också bra och sker 30 min innan resp grenstart
Efteranmälningar i kast / hopp görs vid resp. grenstart.
Löpgrenarna efteranmäler i sekretariatet.

Info: Hans Nilsson
IFK Umeås kansli

0730 – 93 41 34 eller
hans.nilsson65@gmail.com
090 – 77 37 08 eller
kansliet@ifkumea.com

Prel. tidsprogram

kl. 18.00	100 m kvinnor
kl. 18.10	100 m män
kl. 18.20	Längdhopp (3 hopp för åldersklasserna 11 år och yngre)
kl. 18.30	5000 m män / kvinnor
kl. 19.00	Kula (3 stötar för åldersklasserna 11 år och yngre)
kl. 19.00	Tresteg
kl. 19.15	400 meter män / kvinnor
kl. 19.30	800 meter män / kvinnor

Vid stort antal deltagare kan de förekomma flera heat i löpgrenarna.

VÄLKOMMEN