

IFK Umeå inbjuder till: Umeå Öppna Kommunmästerskap / UDM Campus Arena lördag 17 september kl 10.00-15.30



(slägga startar 10.00 för övriga grenar gäller 11.00)

GRENPROGRAM MÅNGKAMP – EJ UDM-grenar

F/P 10-11 3 kamp: 60m, längd, kula
F/P 9 2 kamp: 60m, längd
F/P 7-8 2 kamp: 60m, längd

I längdhoppet gäller 3 hopp för deltagarna i mångkampen.
Sammanlagd placeringspoäng gäller för totalresultatet i mångkamp.
Om man enbart vill tävla i någon/några av grenarna så går det givetvis bra.

GRENPROGRAM UNGDOMS-DM / SENIORER

M: 200m, 800m, 5000m. tresteg, stav, samt Castorama
K 200m, 800m, 5000m. tresteg, stav, samt Castorama
P17: 200m, 800m, 2000m hinder, 300m häck, tresteg, stav, diskus, slägga
P15: 800m, 1500m hinder, 300m häck, tresteg, stav, diskus, slägga
P13: 200m, 600m, tresteg (zon), stav, diskus, slägga
F17: 200m, 800m, 1500m hinder, 300m häck, tresteg, stav, diskus, slägga
F15: 800m, 1500m hinder, 300m häck, tresteg, stav, diskus, slägga
F13: 200m, 600m, tresteg (zon), stav, diskus, slägga

5000 meter ingår i Västerbottens GP i långlöpning

OBS! Kommunmästerskapet gäller endast deltagare från Umeå Kommun

ANMÄLAN

Anmälan skall vara inne senast fredagen den 9:e september . Anmälan görs via ett anmälningsformulär för "Umeå Öppna" som ligger på vår hemsida: www.ifkumea.com/friidrott . Observera att formuläret stängs ner när anmälningstiden har gått ut.

UPPLYSNINGAR

Hans Nilsson 0730 – 93 41 34
Kansliet: 090 – 77 37 08

ANMÄLNINGSavgift

50 kr per gren gäller för 15 årsklassen och uppåt. För övriga gäller 50:-/deltagare.

Anmälningsavgiften betalas samtidigt med anmälan till Pg 6 34 54- 7.

Efteranmälan i mån av plats: 75:- kr för ungdomar/juniorer, 100:- kr för M och K (betalas kontant).

Avprickning i löpgrenarna senast 40 min före grenstart.

FÖRSÄLJNING

Fikaförsäljning samt enklare förtäring kommer att finnas till försäljning!

Folksam

UMEÅ. VILL MER.

VÄLKOMNA !

Folksam[®]

UMEÅ. VILL MER.