



Personliga Rekordens Kväll 2010

- Plats: Norrvalla IP, Skellefteå
- Tid: Första start 18.30
- Anmälan: **17.00 –18.00** på idrottsplatsen el. i förväg per tel. 0910-14332. e-mail anmalan@aikfriidrott.com
- Anmälningsavgift: 60 kr/gren för VDM, övriga deltagaravgift 40 kr.
- OBS!** I och med anmälan godkänner den aktive publiceringen av sitt namn och sina resultat på internet.

- 
- PRK 1 Måndag den 24 maj**
Grenar: 60m eller 100m, 400m, 1500m 4x100m
Veteran-DM: 100m, 400m, 1500m
- PRK 2 Onsdag den 26 maj**
Grenar: höjd, längd, kula
- PRK 3 Måndag den 31 maj**
Grenar: 200m, 800m, 3000m
Veteran-DM: 200m, 3000m
- PRK 4 Onsdag den 2 juli**
Grenar: stav, tresteg, spjut
- PRK5 (Sommarhoppet) Onsdag den 7 juli**
Grenar: höjd, stav, tresteg
Veteran-DM: höjd, stav