

**Välkommen till**  
**Norrländska Mästerskapen**  
**I Friidrott**

**Skyttis IP, Örnsköldsvik 31/7 – 1/8 2010**

**Preliminärt program**

**Grenprogram lördag 31/7 start 11.00**

M	100 m, 400 m, 1500 m, 3000 m Hi, 400 m h, höjd, tresteg, kula, slägga
P19	kula, slägga
P17	100 m, 400 m, 1500 m, 2000m Hi, 300 m h, höjd, tresteg, kula, slägga
P15	100 m 800 m, 1500 m Hi, 300 m h, höjd, tresteg, kula, slägga
K	100 m, 400 m, 1500 m, 3000 m Hi 400 m h, höjd, tresteg, Kula, slägga
F17	100 m, 400 m, 1500 m, 1500 m Hi, 300m h, tresteg, höjd, kula, slägga
F15	100 m, 800 m, 1500 m Hi, 300m h, tresteg, höjd, kula, slägga

**Grenprogram söndag 1/8 start 10.00**

M	200 m, 800 m, 5000 m, 110 m h, stav, längd, diskus, spjut
P19	110 mh, diskus
P17	200 m, 800m, 3000 m, 110 m h, stav, längd, diskus, spjut
P15	300 m, 2000 m, 100 m h, stav, längd, diskus, spjut
K	200 m, 800 m, 5000 m, 100 m h, stav, längd, diskus, spjut
F17	200 m, 800 m, 3000 m, 100 m h, stav, längd, diskus, spjut
F15	300 m, 2000 m, 80m h, stav, längd, diskus, spjut

**Anmälan:** Senast den 23/7 till IF Vingarna Jervedsleden 2 891 60 Örnsköldsvik  
e-post: [janne@afif.se](mailto:janne@afif.se)

**Anm. avg:** 15 o 17 år 70 kr, Seniorer 90 kr.

**Efteranmälan:** Seniorer 180kr, Ungdomar 140kr.

Avgiften sätts in samtidigt som anmälan på postgiro 460312-2 (IF Vingarna)

Ytterligare uppgifter om bl.a mat och logi lämnas på vår hemsida  
[www.vingarna.se](http://www.vingarna.se) längre fram .

**Välkommen med din anmälan!**