



På uppdrag av Smålands friidrottsförbund har IK SISU och Stensjöns IF nöjet att inbjuda till



UDM för klubblag, kval 2

Söndagen den 23 augusti 2009 på Skogsvallen i Nässjö

Deltagande lag

P15: Habo FIF-04, IK Hakarpspojarna, Hovslätts IK, Stensjöns IF, Wärnamo SK

F15: Habo FIF-04, IK Hakarpspojarna, Hovslätts IK, Ljungby FIK, Tranås AIF FI, Villstad GIF

P13: Habo FIF-04, IK Hakarpspojarna, Hovslätts IK, IK Sisu, Tranås AIF FI, Villstad GIF

F13: Habo FIF-04, IK Hakarpspojarna, Hovslätts IK Lag 1, Hovslätts IK Lag 2, Ljungby FIK, IK Sisu, Tranås AIF FI, Villstad GIF, Wärnamo SK Lag 1, Wärnamo SK Lag 2

P11: Habo FIF-04, IK Hakarpspojarna, Hovslätts IK, Ljungby FIK, Stensjöns IF, Tranås AIF FI, Villstad GIF, Wärnamo SK

F11: Habo FIF-04, IK Hakarpspojarna, Hovslätts IK Lag 1, Hovslätts IK Lag 2, Lekeryd-Svarttorp SK, Ljungby FIK Lag 1, Ljungby FIK Lag 2, Stensjöns IF, Tranås AIF FI Lag 1, Tranås AIF FI Lag 2, Villstad GIF, Wärnamo SK Lag 1, Wärnamo SK Lag 2

Grenar

P/F15: 100m, 300m, 2000m, Höjd, Tresteg, Diskus, Spjut, 4x100m

P/F13: 80m, 200m, 1500m, Stav, Längd, Kula, Diskus, 4x80m

P/F11: 60m, 200m, 1500m, Höjd, Tresteg, Kula, Diskus, 5x60m

Varje lag ställer upp med 1 deltagare per gren och varje deltagare äger rätt att delta i 2 grenar plus stafett. Varje deltagare får endast representera ett lag oavsett åldersklass. Deltagare får gå upp i högre åldersklass ifall man vill fylla ut ett äldre lag. Deltagare får dock inte byta lag eller åldersklass i andra kvalmatcher i förhållande till den första. Ett lag måste bestå av minst 3 deltagare.

Poängräkning efter antalet deltagande lag matchdagen.

Samtliga deltagare får göra fyra försök i längd, tresteg och kast.

Eventuella lagändringar görs före mötet och lämnas in senast klockan 09.15.

Laguppställningar ska vara IK Sisu tillhanda senast torsdagen den 20 augusti.

adress: IK Sisu, Centralgatan 26 D, 571 41 NÄSSJÖ

fax: 0380 – 741 84, e-post: iksisu.tavlingar@telia.com

Försäljning av korv, kaffe, dricka, godis m.m sker under dagen.

Vi hälsar såväl ledare som aktiva välkomna till en trevlig och spännande tävling på Skogsvallen i Nässjö!

IK SISU & Stensjöns IF

Tidsprogram

| | | Höjd | Stav | Längd | Tresteg | Kula | Diskus | Spjut |
|-------|---------------|------|------|-------|---------|------|--------|-------|
| 09.15 | Tekniskt möte | | | | | | | |
| 10.00 | P15 100m | P11 | F13 | | F15 | P13 | F11 | |
| 10.10 | F15 100m | | | | | | | |
| 10.20 | F13 80m | | | | | | | |
| 10.30 | P13 80m | | | | P15 | F13 | | |
| 10.40 | F11 60m | | | | | | | |
| 10.50 | P11 60m | F11 | | | | | F15 | |
| 11.00 | | | | F13 | | P11 | | |
| 11.10 | P15 2000m | | | | | | | |
| 11.20 | F15 2000m | | P13 | | | | P15 | |
| 11.30 | | | | | | F11 | | |
| 11.40 | P13 1500m | | | | P11 | | | |
| 11.50 | F13 1500m | F15 | | | | | P13 | |
| 12.00 | P11 1500m | | | | | | | |
| 12.10 | F11 1500m | | | | | | | |
| 12.20 | P15 300m | | | | F11 | | | F15 |
| 12.30 | F15 300m | | | | | | F13 | |
| 12.40 | P13 200m | P15 | | | | | | |
| 12.50 | F13 200m | | | | | | | P15 |
| 13.00 | P11 200m | | | | | | | |
| 13.10 | F11 200m | | | P13 | | | | |
| 13.20 | | | | | | | P11 | |
| 13.30 | F15 4x100m | | | | | | | |
| 13.40 | P15 4x100m | | | | | | | |
| 13.50 | F13 4x80m | | | | | | | |
| 14.00 | P13 4x80m | | | | | | | |
| 14.10 | F11 5x60m | | | | | | | |
| 14.20 | P11 5x60m | | | | | | | |

| | P15 | F15 | P13 | F13 | P11 | F11 |
|-------|---------|---------|--------|--------|---------|---------|
| 10.00 | 100m | Tresteg | Kula | Stav | Höjd | Diskus |
| 10.10 | | 100m | | | | |
| 10.20 | | | | 80m | | |
| 10.30 | Tresteg | | 80m | Kula | | |
| 10.40 | | | | | | 60m |
| 10.50 | | Diskus | | | 60m | Höjd |
| 11.00 | | | | Längd | Kula | |
| 11.10 | 2000m | | | | | |
| 11.20 | Diskus | 2000m | Stav | | | |
| 11.30 | | | | | | Kula |
| 11.40 | | | 1500m | | Tresteg | |
| 11.50 | | Höjd | Diskus | 1500m | | |
| 12.00 | | | | | 1500m | |
| 12.10 | | | | | | 1500m |
| 12.20 | 300m | Spjut | | | | Tresteg |
| 12.30 | | 300m | | Diskus | | |
| 12.40 | Höjd | | 200m | | | |
| 12.50 | Spjut | | | 200m | | |
| 13.00 | | | | | 200m | |
| 13.10 | | | Längd | | | 200m |
| 13.20 | | | | | Diskus | |
| 13.30 | | 4x100m | | | | |
| 13.40 | 4x100m | | | | | |
| 13.50 | | | | 4x80m | | |
| 14.00 | | | 4x80m | | | |
| 14.10 | | | | | | 5x60m |
| 14.20 | | | | | 5x60m | |