



På uppdrag av Smålands Friidrottsförbund
Inbjuder Alvesta Friidrott till

DM / JDM 19/ UDM 17, 16, 15, 14, 13, 12 I Mångkamp 2 - 3 oktober 2010

Tid: Lördagen den 2 oktober kl.10.00
Söndagen den 3 oktober kl.10.00

Tävlingsplats: Virdavallen, Alvesta

Tävlingsgrenar:	M/P19	Tiokamp	Dag 1	100m, Längd, Kula, Höjd, 400m
			Dag 2	110m häck, Diskus, Stav, Spjut, 1500m
	P17/P16	Tiokamp	Dag 1	110m häck, Diskus, Stav, Spjut, 300m
			Dag 2	100m, Längd, Kula, Höjd, 1000m
	P15/P14	Åttakamp	Dag 1	100m häck, Diskus, Stav, Spjut
			Dag 2	Längd, Kula, Höjd, 800m
	P13/P12	Femkamp	Dag 1	60m häck, Längd, Boll, Höjd, 600m
	K/F19/F17/F16	Sjukamp	Dag 1	100m häck, Höjd, Kula, 200m
			Dag 2	Längd, Spjut, 800m
	F15/F14	Sexkamp	Dag 1	80m häck, Höjd, Kula
			Dag 2	Längd, Spjut, 600m
	F13/F12	Femkamp	Dag 1	60m häck, Längd, Boll, Höjd, 600m

OBS! Åldersbundet förutom i seniorer

Anmälan: Anmälan ska vara oss tillhanda senast **Fredagen 24/9** under adress:
Alvesta Friidrott, Box 11, 342 21 Alvesta
eller via e-post: info@alvestafriidrott.se

Avgifter: 16år och äldre 140kr/deltagare
15år och yngre 80kr/deltagare.
Avgiften faktureras efter tävlingen

Efteranmälan: I mån om plats kan efteranmälan göras mot dubbel avgift.

Priser: Smålands DM-medaljer till 1:an, 2:an och 3:an

Övrigt: Beläggning: Scansport. Tillåten spiklängd i löpgrenar max 6mm.
I hopp och kast 9mm.

Upplysningar: Claes-Göran Petersson 0472-71314
Jan-Erik Carlsson 0472-14101

Alvesta friidrott hälsar alla hjärtligt välkomna
till spännande tävlingar på Virdavallens fina banor!



Dina Försäkringar
Alvestabygden



OPTIKER DOMINIQUE SYNSAM
STORGATAN 14 - ALVESTA - 0472-10301

