



Nordea Regionmästerskap

Inbjudan för 13-14 åringar i Falköping den 3-4 september

Dag 1: lördag, 3 september 2011

P14 300m – 2000m – 300m häck – längd – stav – kula – diskus

F14 300m – 2000m – 300m häck – längd – stav – kula – diskus

P13 200m – 1500m – 200m häck – höjd – längd – spjut – slägga

F13 200m – 1500m – 200m häck – höjd – längd – spjut – slägga

Dag 2: söndag, 4 september 2011

P14 100m – 800m – 100m häck – 1500m hinder – höjd – 3-steg – spjut – slägga

F14 100m – 800m – 80m häck – 1500m hinder – höjd – 3-steg – spjut – slägga

P13 80m – 600m – 60m häck – 3-steg – stav – kula – diskus

F13 80m – 600m – 60m häck – 3-steg – stav – kula – diskus

Samt Stafett 8 x 200m distriktsvis

Tävlingsstart

Lördag 3 september kl 12:00

Kvalgränser

	P14	P13	F14	F13
80m	-	11,25	-	11,40
100m	13,00	-	13,60	-
200m	-	29,95	-	29,45
300m	44,00	-	46,00	-
600m	-	1,51,00	-	1,53,00
800m	2,28,00	-	2,45,00	-
1500m	-	5,40,00	-	5,47,00
2000m	7,40,00	-	8,50,00	-
60mH	-	11,00	-	11,05
80mH	-	-	14,05	-
100mH	18,00	-	-	-
200mH	-	-	-	-
300mH	52,10	-	55,00	-
1500m hinder	6,20,00	-	7,00,00	-
Höjd	1,52	1,46	1,47	1,40
Längd	4,95	4,60	4,80	4,60
3-steg	10,10	9,50	9,58	9,35
Stav	2,10	1,75	2,15	2,10
Spjut	33,00	33,00	26,00	24,15
Kula	10,00	9,60	9,30	10,15
Diskus	27,90	26,25	25,10	23,10
Slägga	24,00	22,00	24,00	25,00

De aktiva får vara med i max 3 grenar per dag.

Sista anmälningsdag den 15 augusti med följande uppgifter:

Namn, förening, åldersklass, gren inklusive årsbästa.

Om man ska ha en smålandströja, inkl storlek. De som inte har varit med på Nordea regionmästerskap tidigare får tröjan gratis.

Beställning av mat och logipaket (se alternativ nedan)

Använd gärna bifogat anmälningsformulär.

Anmälningsavgift

Individuell start/gren 60kr (efteranmälan 180kr i mån av plats)

Falköpings FIK och Lidköpings IS erbjuder nedanstående **Mat och logipaket**

Paket 1

325kr, 1st natt (lördag-söndag). Lunch, middag, frukost, lunch. Hårt underlag i skolsalar på Ållebergsgymnasiet (400m från arenan).

Paket 2

425kr, 2st nätter (fredag-söndag). Frukost, lunch, middag, frukost, lunch. Hårt underlag i skolsalar på Ållebergsgymnasiet (400m från arenan).

Paket 3

450 kr, 1st natt (lördag-söndag). Lunch, middag, frukost, lunch. Boende på vandrarhem/stugor ca 1-3km från arenan.

Paket 4

650kr, 2st nätter (fredag-söndag). Frukost, lunch, middag, frukost, lunch. Boende på vandrarhem/stugor ca 1-3km från arenan.

Föräldrar samt medföljande supporters kan boka samma paket som ovan med ett tillägg på 50kr/natt. Detta bokas separat av enskild på mailadress:

falkopinsfik@live.se

Boende sker på Ållebergsgymnasiet (skolsal) samt Vandrarhem/stugor.

Priser för enstaka måltidsbiljetter ej beställda i paket enligt ovan: *frukost 40kr, lunch 60kr, middag 70kr.*

Vid anmälan anges om det finns önskemål om specialkost.

På lördagskvällen kommer det att arrangeras en mycket spännande kvällsaktivitet med inspiration från Karibien. Missa inte denna chans att träffa andra friidrottare och uppleva Karibien på nära håll!

Eventuellt kommer det ordnas en gemensam buss från Småland. Meddela i anmälan om ni har intresse av att åka med bussen. Det kan då ev. tillkomma en mindre avgift för bussresan.

Anmälan skickas till: john-eric.ericsson@ungfriidrott.se

Andra frågor till: terese_sandberg@hotmail.com, 070-423 27 63