



SØR NORSK MESTERSKAP og NM VETERAN i Friidrett 23-24. januar 2010

KIF-friidrett ønsker deg velkommen til Gimlehallen med følgende program:

Lørdag 23. januar kl.10.00

Konkurransklasse	Øvelser
GUTTER 10/11/12/13/14 år	60m - 60mHK - 800m lengde - høyde - kule
JENTER 10/11/12/13/14 år	60m - 60mHK - 800m lengde - høyde - kule

Lørdag 23. januar kl 16.00

Konkurransklasse	Øvelser
GUTTER 15/16/17/18 år	60m - 60mHK - 800m lengde - høyde - kule
JENTER 15/16/17/18 år	60m - 60mHK - 800m lengde - høyde - kule
Herrer senior/ junior	60m - 60mHK - 800m lengde - høyde- kule - 3000m
Kvinner senior/ junior	60m - 60mHK - 800m lengde - høyde - kule - 3000m
NM Veteran	60m - 60mHK - 800m lengde - høyde - kule - 3000m

Søndag 24. januar kl 10:00 - 13:00

Konkurransklasse	Øvelser
NM Veteran	1500 m, 3000m kappgang, tresteg, Stille høyde, Stille lengde, Vektkast (ute)

Påmelding

Påmelding på NFIFs påmeldingsskjema eller som e-post, senest 15.januar til: pamelding@kif-friidrett.no

Etteranmeldelser til Sør-Norsk Mesterskap vil bli godtatt dersom dette ikke medfører endringer i tidsskjema, men da mot dobbel startkontingent. NM reglementet gjelder for NM veteran.

Startkontingent: kr.100,- per øvelse og 150,- for veteranutøvere.

Startkontingenten sendes til KIF FRIIDRETT - Sør Norsk mesterskap,

Bankgiro: 30603247066. Startnummer utdeles ikke uten at startkontingent er betalt.

Gimlehallen har banedekke hvor max 6 mm butte pigger er tillatt. Banen er 166 m lang uten doserte svinger.

Finn Kollstad

Tlf: 48999300

Epost: finn @fiko.no