

Friidrottskväll i Norrköping 31 juli

- Välkomna till en öppen resultattävling/klubbtävling på Norrköpings friidrottsarena!

Onsdag 31 juli med första start kl.18.00

Anmälan på plats vid målhuset senast en timme före grenstart – se preliminärt tidsschema nedan.

Man KAN gärna anmäla i förväg till krister@tjalve.nu, men behöver ändå bekräfta sin start på plats, då senast 30 min före start på startlista som anslås utanför målhuset.

Inga försök-finaler. Vi gör seedade heat A-B-C osv, med förväntat snabbaste heatet först, så vid anmälan ska man ange aktuell bästa-tid för säsongen. Heaten är i första hand ej mixade könsmässigt, men beror på antal anmälda och angivna bästatider.

Ingen avgift.

Preliminära starttider

18.00	60m (för dig upp till 13 år)
18.30	Längd med zon (för dig upp till 13 år)
18.30	100m (öppet för alla)
19.00	Längd med planka
19.00	Diskus (för 14 år och äldre, med vikt på redskap efter åldersklass)
19.00	1500m hinder , 76 cm-hinder
19.15	200m (öppet för alla)
19.30+	3000m (öppet för alla)

Kaffe, dricka, smörgås + fikabröd finns att köpa under kvällen.

WC och omklädning med dusch finns.

Tävlingsledare är Anna Palmerius

Frågor till Krister Hultberg, på krister@tjalve.nu