



Härmed inbjuder
Bohuslän-Dals Friidrottsförbund/IK Orient
Utomhus-DM i Häck för
ungdomar, seniorer och veteraner.

Måndag den 13 september med start kl.18:00 på Rimnersvallen.

Klasser som gäller P/F13(08-09), P/F15(06-07), P/F17(04-05) M/K/Veteraner
OBS! Klasserna är åldersbundna och man tävlar i de grenar som finns för just den åldersklassen.

P/F 13 (08–09) 60m häck, 200m häck

P/F15(06–07), 80m häck, 300m häck

P/F 17 110m/100m häck, 300m häck

M/K 110m/100m häck, 400m häck

Veteraner beroende på ålder och klasser

Tresteg samtliga klasser.

Inga finaler, bästa tiden vinner. Årsbästaresultaten vid seedning av heaten.

All uppvärmning/nedjogging sker utanför arenan.

Anmälningavgift BDFIF per start: 60: - (från 16 år och uppåt).

40: - (ungdom) Faktureras i efterhand.

Inga efteranmälningar på tävlingsdagen.

Anmälan till lillemor.ronnbrant@hotmail.com senast den 6 augusti.

Upplysn: Lillemor Rönnbrant 070- 57 57 817 / lillemor.ronnbrant@hotmail.com

Mvh BDFIF styrelse