



OBS: Tävlingen går på IDROTTPARKEN, MOTALA!!!

Ljungsbros Friidrottsklubb inbjuder till:

CampusCampen utomhus

Söndagen den 19 september 2010 kl 10, Idrottsparken, Motala

OBS: På grund av fotboll på Folkungavallen har tävlingsplatsen flyttats till Motala!

GPS-Koordinater: 58.5400, 15.0533

Grenar och klasser:

Klass	Sprint	Medeldist	Höjd	Längd	Kula	Långt kast
P9 (2001-)	60 m	800 m	-	zon	-	Boll 300 g
P10 (2000)	60 m	800 m	-	zon	2 kg	Boll 300 g
P11 (1999)	60 m	800 m	Höjd	zon	2 kg	Boll 300 g
P13 (1997)	80 m	800 m	Höjd	zon	3 kg	Spjut 400 g
P15 (1995-96)	100 m	800m	Höjd	planka	4 kg	Spjut 600 g
P17 (1993-94)	100 m, 400 m	1500 m	Höjd	planka	5 kg	Spjut 700 g
M22 (1988-92)		1500 m	Höjd	planka	7,26 kg	Spjut 800 g
M	100 m, 400 m	1 eng mile	-	-	-	-
F9 (2001-)	60 m	800 m	-	zon	-	Boll 300 g
F10 (2000)	60 m	800 m	-	zon	2 kg	Boll 300 g
F11 (1999)	60 m	800 m	Höjd	zon	2 kg	Boll 300 g
F13 (1997)	80 m	800 m	Höjd	zon	2 kg	Spjut 400 g
F15 (1995-96)	100 m,	800m	Höjd	planka	3 kg	Spjut 400 g
F17 (1993-94)	100 m, 400 m	1500 m	Höjd	planka	4 kg	Spjut 600 g
K22 (1988-92)		1500 m	Höjd	planka	4 kg	Spjut 600 g
K	100 m, 400 m	1 eng mile	-	-	-	-

Startavgift medlem: Medlem i LjFK betalar ingen avgift. Medlemskap i LjFK kan erhållas genom att betala 300 kr till plusgiro 673296-0. Glöm inte ange namn, adress och födelseår!

Startavgift övriga: För medlem i annan friidrottsklubb: 45 kr per deltagare och gren för 15 år och uppåt. Yngre deltagare 40 kr/gren. Denna avgift faktureras klubben.

Priser: Medaljer delas ut till de tre främsta i samtliga grenar.

Efteranmälningar: I mån av plats med hänsyn till tidsprogrammet tas efteranmälningar upp senast 1 timme före start. För efteranmälningar gäller dubbel avgift

Tidsprogram: Läggs ut på klubbens hemsida, www.ljfk.se

Upplysningar: Klubbens kansli tel 013-68369, kansli@ljfk.se eller Sten Öhman, 0709-526415, Gisela Wisung tel 013-353627

Anmälningar: Via E-Mail till kansli@ljfk.se, via fax till 013-368941 eller via post till Ljungsbros Friidrottsklubb, Evastigen 9, 590 71 Ljungsbros. Anmälningar ska ha kommit klubben tillhanda senast söndagen den 12-e september. Deltagarnas födelseår ska anges i anmälan. Om möjligt ange årsbästa i löpgrenarna.