



# Nordea Regionmästerskap



## Inomhus för 13-14-åringar Götaland 13-14 mars 2010 i Sunnahallen, Karlskrona

### *lördag 13 mars (start kl. 12.00)*

<b>P14</b>	60m, 1000m fö, stav, längd
<b>F14</b>	60m, 1000m fö, höjd, längd
<b>P13</b>	60m, 800m fö, stav, tresteg, kula
<b>F13</b>	60m, 800m fö, höjd, tresteg, kula

### *söndag 14 mars*

200m, 1000m fi, 60mh, höjd, tresteg, kula
200m, 1000m fi, 60mh, stav, tresteg, kula
200m, 800m fi, 60mh, höjd, längd
200m, 800m fi, 60mh, stav, längd

<b>KVALGRÄNSER</b>				
	<b>P14</b>	<b>P13</b>	<b>F14</b>	<b>F13</b>
<b>60m</b>	8.45	9.00	8.60	8.78
<b>200m</b>	29.42	30.30	30.10	30.95
<b>800m</b>	-	2.44.00	-	2.45.00
<b>1000m</b>	3.23.70	-	3.30.00	-
<b>60mh</b>	11.00	10.81	10.23	10.81
<b>Höjd</b>	1.45	1.40	1.43	1.41
<b>Stav</b>	2.00	1.80	1.90	1.70
<b>Längd</b>	4.54	4.30	4.46	4.44
<b>Tresteg</b>	9.50	9.00	9.29	9.26
<b>Kula</b>	9.25	9.00	8.35	9.12

Komplettering med aktiva närmast under kvalgränserna kommer ske så att minst 8st blir uttagna i alla grenar

### **Anmälan:**

Senast lör 27 feb med angiven person/årsbästa i löpgrenarna och valda Logi-paket till:  
[mickeosk@hotmail.com](mailto:mickeosk@hotmail.com) eller tel. 073-813 24 83  
De aktiva får vara med i max 3st grenar per dag.

### **Avgifter:**

Samtidigt som anmälan betalas alla avgifter till SmFIFs bankgiro 464-1742.  
60kr/start, plus avgifterna för Kost & logi enligt de paket ni väljer nedan.

### **Kost & Logi:**

Boendet och matservering sker på Gullberna Park, ca 800 m från Sunnahallen.

### **Härdförläggning:**

575 kr Fre - Sön, 2 x logi + mat (frukost, lunch o middag lör, frukost o lunch sön)  
375 kr Lör - Sön, 1 x logi + mat (middag lör, frukost o lunch sön)

### **Sängförläggning:**

790 kr Fre - Sön, 2 x logi + mat (frukost, lunch o middag lör, frukost o lunch sön)  
475 kr Lör - Sön, 1 x logi + mat (middag lördag, frukost o lunch söndag)

Det finns möjlighet till samtliga paket att köpa till middag på söndagen för 85 kr/person.  
Möjlighet finns också beställa endast mat. Önskas lakan tillkommer 60:-/bäddset.

För samtliga fyra paket ingår Boda Borg, se <http://www.bodaborg.se/karlskrona>  
Boda Borg är speciellt öppen på lördagskvällen mellan kl 19 - 22 för deltagarna på GM.  
För dem som bara vill besöka Boda Borg kostar detta 100 kr/person (Ordinarie pris 140 kr).